

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005 Pasal 1 ayat (4) dan (5) berbunyi : olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Yang menjadi pelaku olahraga adalah setiap orang atau kelompok orang yang terlibat secara langsung dalam kegiatan olahraga yang meliputi pengolahragaan, pembina olahraga, dan tenaga keolahragaan. Pasal 30 ayat (1) berbunyi : pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat dilaksanakan dan diarahkan untuk meningkatkan kesehatan, rasa percaya diri, dan prestasi olahraga. Dapat disimpulkan bahwa aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh siapa saja baik para penyandang tuna daksa yang mempunyai kondisi tubuh yang normal maupun para penyandang tuna daksa yang memiliki keterbatasan fisik atau biasa disebut dengan penyandang tuna daksa.

Senam aerobik merupakan salah satu jenis olahraga yang dapat dilakukan oleh siapa saja khususnya bagi para penyandang tuna daksa. Hal ini dikarenakan senam aerobik tidak memiliki gerakan yang baku dan gerakannya dapat disesuaikan dengan orang yang melakukannya. Didalam pelaksanaannya, senam aerobik dilakukan dengan menggunakan musik yang mengandung unsur semangat dan gembira. Salah satu manfaat yang diperoleh setelah melakukan senam aerobik

adalah membuat diri merasa bahagia dan percaya diri untuk melakukan aktivitas lainnya.

Percaya diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya sendiri. Dalam kehidupan modern ini, kepercayaan diri dapat datang dari banyak hal, tetapi yang utama adalah dari penampilan fisik. Pada dasarnya, rasa percaya diri orang yang normal tidak sama dengan para penyandang tuna daksa. Hal ini disebabkan karena para penyandang tuna daksa memiliki keterbatasan didalam penampilan fisik yang membuat para penyandang tuna daksa sering menghindari dan merasa malu ketika berhadapan dengan orang banyak.

Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara merupakan panti sosial yang berada yang berada langsung dibawah naungan Kementrian Sosial Republik Indonesia yang merehabilitasi para penyandang tuna daksa fisik yang berasal dari 5 wilayah provinsi seperti Sumatera Utara, Aceh, Sumatera Barat, Riau dan Kepulauan Riau. Sewaktu peneliti melakukan kegiatan Praktek Kerja Lapangan (PKL) di Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara pada bulan Februari tahun 2013, peneliti melihat para penyandang tuna daksa yang datang pada saat itu kurang percaya diri dan merasa malu dengan keadaan fisik para penyandang tuna daksa miliki. Hal itu terlihat, pertama, pada saat peneliti mewawancarai dan bertanya tentang kehidupan pribadi para penyandang tuna daksa tersebut, kebanyakan dari para penyandang tuna daksa tidak berani melihat wajah peneliti

dan selalu melihat kebawah . Kedua, pada saat peneliti mencoba berkomunikasi ketika mengantar para penyandang tuna daksa keasrama masing-masing, para penyandang tuna daksa kurang menanggapi peneliti. Ketiga, karena para penyandang tuna daksa tersebut berasal dari daerah yang berbeda, peneliti melihat para penyandang tuna daksa kurang mau berinteraksi dengan sesama penyandang daksa lainnya jika tidak berasal dari daerah yang sama. Keempat, pada saat proses *assesment* tidak diperbolehkan orang lain masuk kedalam ruangan tersebut selain petugas yang melakukan proses assesment tersebut. Menurut petugas, hal itu dilakukan karena para penyandang tuna daksa tersebut nantinya tidak akan mau membuka diri apabila terlalu banyak orang didalam ruangan tersebut.

Kebiasaan sikap buruk tersebut terjadi karena masyarakat biasanya memandang dengan tatapan yang berbeda terhadap penyandang tuna daksa sehingga para penyandang tuna daksa merasa malu dan tidak percaya diri dengan kekurangan yang pada dasarnya tidak para penyandang tuna daksa kehendaki dan menjauh dari masyarakat normal. Dan juga kesadaran bahwa kondisi fisiknya berbeda dengan fisik orang normal, menjadi salah satu pemicu timbulnya kecenderungan penyandang tuna daksa menjadi kurang percaya diri.

Upaya yang dilakukan Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara dalam hal mengembalikan serta menumbuhkan rasa percaya diri penyandang tuna daksa, dengan melakukan pelayanan rehabilitasi melalui bimbingan-bimbingan yang beragam, salah satunya adalah bimbingan jasmani. Bimbingan jasmani yang diberikan ialah berupa kegiatan olahraga dimana semua penyandang tuna daksa mampu bereksplorasi dan berekspresi dengan anggota gerak tubuh para

penyandang tuna daksa dan dapat saling bekerja sama diantara satu dengan yang lainnya melalui kegiatan yang diberikan. Adapun bimbingan jasmani yang diberikan di rehabilitasi sosial tersebut berupa fisioterapi, *outbond*, senam aerobik, bulutangkis, dan voli.

Dari semua bimbingan jasmani yang diberikan, peneliti melihat pada saat melakukan senam aerobik para penyandang tuna daksa tersebut terlihat begitu bersemangat dan ceria walaupun adanya keterbatasan gerak dari fisik. Penyandang tuna daksa cukup antusias mengikuti senam aerobik yang dibawakan oleh instruktur dengan cara menggerakkan seluruh anggota tubuh para penyandang tuna daksa sambil tertawa antara satu dengan yang lainnya. Bertitik tolak dari permasalahan yang telah dijelaskan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Kontribusi Bimbingan Jasmani Senam Aerobik Terhadap Rasa Percaya Diri Penyandang Tuna Daksa di Rehabilitasi Sosial Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara Tahun 2013.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka berbagai masalah yang mungkin dapat diidentifikasi yaitu: Jenis-jenis cacat apa sajakah yang ada di Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara tahun 2013? Faktor-faktor apa saja yang dapat menumbuhkan dan meningkatkan rasa percaya diri penyandang tuna daksa di Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara tahun 2013? Faktor-faktor apa saja yang membuat para penyandang tuna daksa di Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara

kurang percaya diri dan tertutup? Apakah bimbingan-bimbingan yang diberikan dapat menumbuhkan dan meningkatkan rasa percaya diri penyandang tuna daksa di Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara tahun 2013?

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya permasalahan dalam identifikasi masalah, maka perlu dilakukan pembatasan masalah pada hal-hal yang pokok saja dengan memperjelas sasaran yang akan dicapai yaitu : Kontribusi Bimbingan Jasmani Senam Aerobik Terhadap Rasa Percaya Diri Penyandang Tuna Daksa di Rehabilitasi Sosial Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara tahun 2013.

### **D. Rumusan Masalah**

Bertitik tolak dari identifikasi dan pembatasan masalah yang dikemukakan, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: Apakah ada kontribusi bimbingan jasmani senam aerobik terhadap rasa percaya diri penyandang tuna daksa di Rehabilitasi Sosial Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara tahun 2013?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi bimbingan jasmani senam aerobik terhadap rasa percaya diri penyandang tuna daksa di Rehabilitasi Sosial Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara tahun 2013.

## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini terbagi dua, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis. Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan :

1. Memberikan pengetahuan kepada pembaca untuk dapat membangun rasa kepercayaan diri pada penyandang tuna daksa sehingga para penyandang tuna daksa dapat berinteraksi dengan individu lainnya.
2. Sebagai acuan bagi yayasan penyandang cacat khususnya Panti Sosial Bina Daksa “Bahagia” Sumatera Utara dalam menumbuhkan serta meningkatkan kepercayaan diri pada penyandang tuna daksa melalui bimbingan jasmani senam aerobik.
3. Menambah pengetahuan dan wawasan bagi para penyandang tuna daksa mengenai bimbingan jasmani senam aerobik terhadap rasa percaya diri para penyandang tuna daksa.

Secara praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan :

1. Sebagai bahan masukan bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan penelitian ini dengan variabel yang lebih luas lagi.
2. Untuk lembaga FIK khususnya jurusan Ilmu Keolahragaan(IKOR), agar dapat bekerjasama dengan panti-panti sosial yang ada dalam hal menumbuhkan rasa percaya diri melalui senam aerobik.