**PERAN KEGIATAN REKREATIF DALAM PEMULIHAN KECEMASAN DIRI PARA PENYANDANG DISABILITAS FISIK DI PANTI SOSIAL BINA DAKSA BUDI PERKASA KM 5 PALEMBANG** : *CASE STUDY DESIGN*

Utty Purnamasari1 H. Aminullah C.S2

UIN Raden Fatah Palembang

[uttypurnamasari@gmail.com](mailto:uttypurnamasari@gmail.com)

**Abstrak:**

Riwayat disabilitas tubuh siswa berbeda-beda salah satunya mereka ada yang mengalami disabilitas tubuh karena kecelakaan. Selain trauma para siswa juga akan mengalami masalah dalam berinteraksi di lingkungan, seperti menghindari pergaulan luar dikarenakan malu, minder, tidak percaya diri, pesimis Hal tersebut merupakan salah satu faktor kecemasan para siswa, kecemasaan yang tinggi dan terus-menerus berdampak pada kesejahteraan kehidupan mereka. Salah satu faktor pendukung mengurangi bahkan menghilangkan kecemasan terus-menerus adalah melakukan kegiatan yang menyenangkan yang disebut sebagai kegiatan rekreatif. Penelitian ini adalah penelitian lapangan. Jenis data dalam penelitian ini kualitatif dan sumber datanya adalah sumber data primer dan sumber data sekunder. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi yaitu pengamatan langsung dari lapangan, wawancara terbuka dan secara mendalam dengan mengajukan pertanyaan kepada pihak pengelola panti dan para siswa yang mengalami disabilitas fisik karena kecelakaan serta dokumentasi untuk melihat arsip-arsip data penting mengenai penelitian yang penulis lakukan. Tingkat kecemasan para siswa penyandang disabilitas fisik jika dibandingkan dengan riwayat kecacatannya, jika siswa yang mengalami disabilitas fisik dari sejak bayi/balita memiliki tingkat kecemasan yang tidak terlalu besar sedangkan siswa yang mengalami disabilitas fisik karena kecelakaan memiliki tingkat kecemasan yang lebih besar karena sebagian dari para siswa mengalami trauma. Adapun kegiatan-kegiatan rekreatif yang ada di Panti seperti : bermusik, olahraga, dinamika kelompok dan jalan-jalan. Kegiatan-kegiatan tersebut merupakan kegiatan yang menyenangkan yang memiliki tujuan penting untuk pemulihan kecemasan para siswa di Panti

**Kata kunci:** -

**PENDAHULUAN**

Pengaruh sosial memberi konotasi suatu upaya yang sengaja dilakukan oleh beberapa orang atau kelompok untuk mengubah pendapat atau mengganti perilaku. Pengaruh sosial juga merupakan hal yang sentral dalam interaksi manusia dan kehidupan bermasyarakat. Kerja sama, lingkungan, altruism (sifat memperhatikan kepentingan orang lain), dan cinta secara keseluruhan menyangkut pengaruh sosial.1

Manusia mempunyai berbagai kebutuhan dasar. Ada kebutuhan yang bersifat jasmani, seperti kebutuhan akan makan dan minum. Ada kebutuhan kejiwaan, seperti kebutuhan akan harga dan kepercayaan diri. Ada kebutuhan sosial, seperti kebutuhan untuk diterima dan diakui oleh sesama dan masyarakatnya.Ada kebutuhan spiritual seperti kebutuhan untuk menemukan arti dan tujuan hidup serta untuk bertemu dengan Yang Mutlak.

Manusia hidup dengan saling berinteraksi, dengan komunikasi yang baik maka tercipta pula hubungan sosial yang baik. Tetapi ada juga yang tidak bersikap saling terbuka dalam berinteraksi, tidak suka dengan suasana keramaian dan sebagainya. Rasa marah seringkali merupakan pemicu timbulnya perilaku agresif, meskipun perilaku semacam itu juga dapat terjadi tanpa adanya rasa marah. Emosi dapat mengaktifkan dan mengarahkan perilaku dengan cara yang sama seperti yang dilakukan motif biologis atau motif psikologis. Emosi juga dapat menyertai perilaku yang termotivasi seks bukan hanya merupakan motif yang kuat tetapi juga merupakan sumber kesenangan yang kuat.4 Interaksi sosial merupakan proses dimana individu memperhatikan terhadap individu lain sehingga akanada balasan dengan suatu tingkah laku tertentu.5

Ritzer menjelaskan bahwa ide dasar semua teori dalam paradigma definisi sosial sebenarnya berpandangan bahwa manusia adalah aktor yang kreatif dari realitas sosialnya.6 Masalah yang bermula dari kurangnya kepercayaan diri menimbulkan kurangnya keaktifan berinteraksi. Terutama bagi yang mengalami kekurangan dalam hal fisik yang biasa disebut cacat fisik atau disabilitas. Maka perlunya bantuan bimbingan atau penyuluhan yang membantu untuk memberikan suatu dorongan atau perubahan terutama dalam hal bersosialisasi dan kepercayaan diri para penyandang disabilitas. Bimbingan berarti memberikan bantuan kepada seseorang ataupun kepada sekelompok orang dalam menentukan berbagai pilihan secara bijaksana dan dalam menentukan penyesuaian diri terhadap tuntunan-tuntunann hidup.7 Bimbingan dan penyuluhan merupakan suatu pekerjaan pemberian bantuan psikologis kepada seseorang yang secara psikologis memang membutuhkannya, yakni membantu agar yang bersangkutan dapatmenyelesaikan atau mengatasi problem atau pekerjaan yang sedang dihadapinya.8

Begitu juga dalam pengertian bimbingan dan penyuluhan agama adalah usaha pemberian bantuan baik secara lahiriah maupun batiniah.Bantuan tersebut berupa pertolongan di bidang spiritual, dengan maksud agar orang yang besangkutan mampu mengatasi kesulitannya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri, melalui dorongan dari kekuatan iman, dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu, sasaran bimbingan dan penyuluhan agama adalah membangkitkan daya rohaniah manusia melalui iman, dan ketakwaan kepada Allah SWT.9 Konselor Islam, dalam tugasnya membantu klien menyelesaikan masalah kehidupan, memperhatikan nilai- nilai dan moralitas islami. 10

Bertempat di Panti Sosial Bina Daksa Budi Perkasa Palembang menampung para tuna daksa agar termotivasi dalam kehidupan yang mereka jalani.Ada 2 sebab para siswa mengalami disabilitas. Pertama, disabilitas sejak lahir disebabkan karena sakit atau penyakit seperti, penyakit saraf dan step yang sering terjadi pada bayi atau balita. Kedua, disabilitas yang disebabkan karena kecelakaan sehingga tingkat emosional, tingkat kecemasannya lebih tinggi. Penerimaan dirinya pada kondisi sekarang belum sepenuhnya atau emosi yang masih sangat labil. Disabilitas sejak remaja seperti kecelakaan membuat siswa tersebut sulit menerima diri, belum menerima kondisi lingkungan yang berubah. Bisa dipastikan bahwa tingkat kecemasannya tinggi. Kegiatan yang bersifat menyenangkan seperti kegiatan rekreatif dibutuhkan yang bertujuan menstabilkan tingkat kecemasan siswa, adapun kegiatan yang menyenangkan seperti, widyawisata dan dinamika kelompok, bimbingan psikososial, serta perlombaan pada peringatan tertentu.

Bermacam-macam lingkungan membatu perkembangan kreativitas dalam media yang berbeda dan dengan taraf yang berbeda pula. Susasana dan etos tentang kreativitas kerja sangat berbeda dari satu lingkungan ke lingkungan yang lainnya. Lingkungan adalah pemikiran untuk membantu perkembangan performansi kreatif yang mengikuti urutan sebagai berikut: artistik, intelektual, sosial, enterprising, realistis, dan konvensional. Tidak semua kegiatan di panti melakukan kegiatan atau yang disebut bimbingan keterampilan yang cukup menguras kinerja otak. Ada juga bimbingan keterampilan yang bersifat santai seperti kerajinan wanita, peternakan, pertanian. Keterampilan yang seperti computer, elektro di syaratkan pendidikan siswa minimal tamatan sekolah dasar (SD).

Panti Sosial Bina Daksa yang betempat di jalan Sosial No. 441 KM5 mengembangkan kreativitas para penyandang disabilitas dengan berbagai kegiatan serta pembelajaran nilai hidup kepada mereka. Dengan modal kemampuan yang setara dengan manusia normal lainnya, mereka mampu melakukannya. Orang yang cacat itu “normal” artinya, mereka tidak tergolong orang yang sakit atau berpenyakit. Seseorang yang cacat dilihat sebagai apa adanya, diterima keluarga dan masyarakat. Di Panti tersebut memiliki siswa dengan riwayat disabilitas tubuhnya berbeda-beda, yaitu mengalami disabilitas tubuh karena kecelakaan dan mengalami disabilitas tubuh karena dialami sejak kecil baik berupa karena kelainan atau penyakit.

Diyakini bahwa seseorang yang menghina atau menyakiti seseorang yang cacat maka ia menderita cacat yang sama dengan orang yang telah dihinanya yang dapat menimpa dirinya sendiri ataupun anak cucunya.12 Orang dengan kecacatan tubuh adalah seseorang yang mempunyai kelainan atau gangguan pada alat tubuh gerak yang meliputi tulang, otot, dan persendian baik dalam struktur maupun fungsinya sehingga tidak dapat melakukan kegiatan secara wajar. Dari perbedaan riwayat disabilitas tubuh siswa di Panti maka memiliki tingkat kecemasaan yang berbeda pula. Siswa yang mengalami hilangnya salah satu anggota tubuhnya karena kecelakaan selain trauma mereka juga mengalami tingkat kecemasaan yang tinggi salah satunya menghadapi kehidupan di masa depan.

Panti Sosial Bina Daksa Budi Perkasa Palembang adalah salah satu unit pelaksana teknis Kementrian Sosial RI yang mempunyai tugas memberikan pelayanan dan rehabilitasi sosial terhadap penyandang cacat tubuh melalui sistem pelayanan dalam panti dengan tujuan agar mereka menjadi orang yang memiliki kepercayaan diri, terampil dan mandiri.

**METODE**

Dalam rangka untuk memperkaya data dan untuk lebih memahami serta menambah informasi dalam menyusun laporan ini, maka penulis menggunakan Metode Studi Kasus Penelitian Kualitatif. Studikasus digunakan sebagai suatu penjelasan komprehensif yang berkaitan dengan berbagai aspekseseorang, suatu kelompok,suatu organisasi, suatu program, atau suatu situasi kemasyarakatan yang diteliti, diupayakandan ditelaah sedalam mungkin. Subjek dalam penelitian ini adalah klien “A” yang masih dikategorikan remaja berumur 16 tahun berjenis kelamin perempuan, dengan berat badan 70 Kg dan tinggi 155 Cm di Kelurahan Talang Kelapa Kecamatan Alang-Alang Lebar Palembang yang mengalami masalah rendahnya rasa percaya diri karena obesitas. Untuk mencari informasi guna mendapatkan data-data yang diperlukan, peneliti menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Metode analisis data dalam penelitian ini mencangkup tiga hal, Penjodohan pola, yaitu dengan menggunakan logika penjodohan pola, logika seperti ini membandingkan pola yang didasarkan atas data empirik dengan pola yang diprediksikan (atau dengan beberapa prediksi alternatif), Pembuatan eksplanasi yang bertujuan untuk menganalisis data studi kasus dengan cara membuat suatu eksplanasi tentang kasus yang bersangkutan dan analisis deret waktu.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian lapangan (*fild research*) yang bersifat kualitatif. Sedangkan penyajiannya dilakukan dengan cara deskriptif kualitatif, yaitu menggambarkan obyek yang diteliti secara apa adanya dengan pernyataan-pernyataan yang bersifat kualitatif. Penelitian ini menggunakan suber data (primer) yaitu yaitu sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data diperoleh langsung dari responden yang meliputi hal-hal yang ada hubungan dengan penelitian dan (sekunder) yaitu sumber data yang tidak langsung didapat dari berbagai macam referensi yang menjadi rujukan dalam pengembangan penelitian seperti buku-buku penunjang seperti pendapat para tokoh-tokoh, teori yang membantu dalam penyajian data, jurnal, artikel, makalah, dan sebagainya.

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini terbagi menjadi teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini emncangkup meliputi tiga alur antara lain data *reduction* (Reduksi Data), data *display* (Penyajian Data) dan Conclusion drawing/*verifying* (Penarikan Kesimpulan).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

.

Kecemasan pada dasarnya adalah suatu reaksi diri untuk menyadari suatu ancaman yang tidak menentu. Salah satu penyebab kecemasan adalah ketidakpastian akan hidup kadang juga menjadi sumber kegelisahan bagi sebagian orang. Perasaan cemas yang berkepanjangan dapat menyebabkan kekhawatiran, ketakutan, dan perilaku stres lainnya.1 Tingkat kecemasan disabilitas tubuh karena kecelakaan dan disabilitas tubuh dari sejak lahir sangat berbeda. Dari beberapa wawancara kepada informan yang menjelaskan perbedaan tingkat kecemasan penyadang disabilitas tubuh dari sejak lahir dan yang terjadi karena kecelakaan. Kepala Panti Sosial Bina Daksa Budi perkasa bapak Drs. Syamsir Roni menjelaskan perbedaan kecemasan siswa yang mengalami disabilitas tubuh sejak lahir mereka sudah terbiasa dan menerima keadaan tubuhnya. Sedangkan siswa yang mengalami disabilitas tubuh disebabkan kecelakaan malah sebaliknya.Sulit untuk menerima keadaan tubuhnya sekarang, minder, malu, seperti kurang bersemangat untuk hidup.2 Penyandang disabilitas tubuh disebabkan karena kecelakaan lebih besar tingkat kecemasannya. Sikap belum menerima keadaan tubuhnya sehingga timbul rasa trauma, cemas atau takut, malu, dan minder.

Kegiatan yang dilakukan oleh yayasan Perkasa Palembang melakukan beberapa proses yaitu kegiatan-kegiatan yang mendukung dan membantu siswa disabilitas tubuh dari masalahnya terutama masalah mengembalikan kepercayaan diri, sikap terbuka, keberanian, serta bekal kemampuan untuk menjalani masa depan para siswa dengan riwayat disabilitas karena kecelakaan.

Siswa diberikan bekal dan dilatih untuk siap menghadapi kehidupan kedepan setelah keluar dari Panti, maka beberapa kegiatan yang dilaksanakan di Panti memiliki tujuan yaitu memberikan kenyamanan terhadap siswa, mengembalikan kepercayaan diri siswa, mengasah kemampuan siswa serta memulihkan rasa takut atau cemas yang dirasakan siswa setelah keluar dari panti. Penyandang disabilitas sebagai individu pada hakekatnya masih mempunyai potensi yang dapat dikembangkan. Untuk mengembangkan potensi tersebut perlu adanya program khusus yaitu program usaha kesejahteraan sosial bagi penyandang disabilitas termasuk penyandang disabilitas tubuh perlu ditingkatkan, dikembangkan serta disempurnakan baik kuantitas maupun kualitasnya.

Sebagaimana penjelasan dari Ibu Kasiyanti, S.Psi sebagai pembimbing psikologi siswa di Panti tentang tingkat kecemasan para penyandang disabilitas yang disebabkan karena kecelakaan di Panti Sosial Bina Daksa Budi Perkasa Palembang. Tingkat kecemasan siswa disini sesuai dengan riwayat kececatan mereka, kalau kececacatan dari lahir tingkat kecemasannya tidak terlalu besar kerena mereka sudah bisa menerima keadaan tubuh mereka berbeda dengan kececacatan yang terjadi karena kecelakaan yang lebih tempramen, kurang percaya diri, takut, minder. Dan mereka juga pasti selalu dihantui rasa cemas, terutama yang mereka cemaskan adalah masa depan.

Para siswa yang mengalami disabilitas tubuh karena kecelakaan jika dilihat dari tingkat emosionalnya akan mengalami perubahan drastis seperti mudah tempramen, adanya tekanan emosional yang tinggi tersebut bisa berdampak pada rasa trauma yang berkepanjangan. Kecelakaan dialami para siswa berdampak pada perubahan diri masing-masing, maka siswa yang mengalami disabilitas tubuh karena kecelakaan memilki tingkat kecemasan yang lebih besar.Sesuai dengan beberapa pernyataan dari responden terutama dari para siswa yang telah diwawancari tentang tingkat kecemasan yang mereka rasakan.

Bentuk kegiatan rekreatif yang dilakukan oleh panti Panti Bina Daksa Budi Perkasa Palembang yaitu : (a) main musik, (b) olahraga, (c) dinamika kelompok bahkan jalan-jalan adalah cara untuk mengembalikan semangat siswa. Kegiatan tersebut pihak panti yakin bahwa para siswa lebih menikmati dan menyukai sehingga setelah masuk panti banyak perubahan yang mereka dapat, terutama mereka lebih membuka diri, lebih berani, dan siap menghadapi masa depan yang lebih baik. Selain itu masalah utama para siswa yang ada di Panti adalah rasa cemas atau kekhawatiran mereka pada kehidupan kedepan. Masalah jodoh, pekerjaan, pengakuan dari lingkungan, cita-cita dan sebagainya. Panti Sosial Bina Daksa Budi Perkasa Palembang memberikan bimbingan keterampilan sesuai keahlian masing-masing. Memberikan bekal lebih matang yang bertujuan mensejahterakan para penyandang disabilitas. Peran kegiatan rekreatif termasuk dalam proses perubahan para penyandang disabilitas.

**SIMPULAN**

Perbedaan tingkat kecemasan para siswa disabilitas tubuh di Panti Bina Daksa Budi Perkasa Palembang sesuai dengan riwayat disabilitas fisik para siswa. Dari hasil penelitian disimpulkan siswa yang mengalami disabilitas dikarenakan kecelakaan memiliki tingkat kecemasan yang lebih besar didandingkan siswa yang mengalami disabilitas sejak lahir. Besar kecilnya kecemasan yang dialami oleh siswa yang mengalami disabilitas tetap mmebutuhkan pemulihan untuk meningkatkan rasa percaya diri salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak panti diadakan kegiatan rekreatif olahraga, bermusik, dinamika kelompok, dan jalan-jalan. Kegiatan rekreatif memiliki peranan yang penting bagi para siswa dalam proses pemulihan kecemasan siswa karena kegiatan tersebut bersifat menyanangkan dan memulihkan sehingga para siswa sangat menyukai dan nyaman saat melaksanakan kegiatan rekreatif di Panti.

**DAFTAR PUSTAKA**

Nurdjannah Taufiq, Agus Dharma. 1983. *Pengantar Psikologi*.Jakarta: Erlangga.

Mar’at. 1982. *Sikap Manusia Perubahan Serta Pengukurannya*. Jakarta: Balai Aksara.

Burhan Bungin. 2001. *Metodologi penelitian kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo.

Samsul Munir Amin. 2010. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. 2013. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.

Achmad Mubarok.2000. *Konseling Agama Teori Dan Kasus*. Jakarta: Bina Rena Pariwara.

Arifin. 1982. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Dan Penyuluhan Agama*. Jakarta: Golden Terayon Press.

Dewa Ketut Sukardi. 1993. *Psikologi Pemilihan Karier*. Jakarta: Rineka Cipta, 1993.

Chatarina Pancer Istiyani. 2004. *Tubuh dan Bahasa*. Yogyakarta: Galang Pres.