

SINOPSIS BUKU **OLAHRAGA DISABILITAS**

Buku olahraga disabilitas ini terdiri dari sembilan bab yang telah disusun secara runtut. Pada bab I para pembaca diajak untuk memahami secara utuh tentang definisi olahraga disabilitas yang disusun tajam kepada olahraga prestasi dan sangat berbeda dibandingkan pendidikan jasmani adaptif dan olahraga rekreasi. Selanjutnya pada Bab II pembaca akan mempelajari tentang cerita dibalik perjalanan terbentuknya olahraga disabilitas di dunia dan di Indonesia, termasuk didalamnya sejarah keluarnya NPCI dari keanggotaan KONI. Setelah itu pada bab III pembaca diajak untuk mempelajari jenis kedisabilitasan pada manusia. Namun tidak semua kedisabilitasan dibahas dalam buku ini, terbatas pada jenis kedisabilitasan yang tajam kepada olahraga prestasi sesuai dengan jenis klasifikasi olahraga disabilitas baik di dunia dan di Indonesia.

Selanjutnya modal pemahaman tentang jenis kedisabilitasan menjadi dasar untuk mengerti lebih dalam tentang klasifikasi. Pada bab IV akan dibahas tentang klasifikasi berdasarkan jenis kedisabilitasan yang dapat diakomodir dalam multi event olahraga disabilitas internasional dan juga tambahan informasi tentang klasifikasi disabilitas rungu/rungu wicara yang khusus berlaku di multi event olahraga disabilitas di Indonesia.

Pada bab V pembaca diajak untuk mempelajari 22 cabang olahraga yang dipertandingkan/diperlombakan dalam Paralimpiade musim panas (Summer Paralympic). Meskipun Paralimpiade dapat dibagi menjadi musim panas dan musim dingin, namun pada buku ini khusus membahas tentang cabang olahraga yang dapat diikuti oleh Indonesia sebagai negara salah satu peserta Paralimpiade musim panas.

Selanjutnya pembaca akan diajak untuk belajar tentang jenis kejuaraan olahraga disabilitas baik pada level dunia, benua, negara, provinsi bahkan hingga tingkat kabupaten/kota. Multi event olahraga disabilitas di dunia dan di Indonesia dibahas lebih detail pada bab VI dengan pembatasan pada multi event pada jalur Paralimpiade dan jenjang resmi dibawahnya.

Pada bab VII pembaca akan belajar tentang organisasi olahraga disabilitas pada level dunia, benua, negara, provinsi bahkan hingga tingkat kabupaten/kota. Dimana organisasi yang dibahas yaitu organisasi olahraga disabilitas yang secara khusus bertugas untuk membina, mengembangkan dan mengawasi pelaksanaan event olahraga disabilitas pada level paralimpiade dan jenjang resmi dibawahnya. Produk perundang-undangan Indonesia yang terkait dengan olahraga disabilitas akan dibahas lebih detail pada Bab VIII. Pembaca akan diajak untuk mempelajari tentang hak insan disabilitas secara umum serta yang berlaku secara khusus dalam dunia olahraga, baik olahraga pendidikan, rekreasi dan juga prestasi.

Keberhasilan seorang paralimpian tak lepas dari kualitas yang dimiliki oleh pelatih olahraga disabilitas. Untuk memiliki kualitas yang baik maka pelatih olahraga disabilitas harus selalu belajar untuk menerapkan nilai-nilai yang wajib dimiliki oleh pelatih olahraga disabilitas dalam keseluruhan proses latihan dan pertandingan, di dalam dan di luar lapangan. Pada bab IX pembaca diajak untuk mempelajari tentang nilai-nilai yang harus diterapkan pelatih secara konsisten kepada para paralimpian untuk mendukung pencapaian prestasi optimal.

Kunjung Ashadi

OLAHRAGA DISABILITAS

OLAHRAGA DISABILITAS

Kunjung Ashadi





REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00201984129, 27 November 2019

Pencipta

Nama : **Kunjung Ashadi, S.Pd., M.Fis, AIFO**
Alamat : Jl. Lidah Wetan Gg IVa No 22 RT 002 RW 002 Kelurahan Lidah Wetan
Kecamatan Lakarsantri , Surabaya , Jawa Timur, 60213
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **LPPM-Universitas Negeri Surabaya**
Alamat : Gedung Rektorat Kantor LPPM Lantai 6, Kampus Universitas Negeri
Surabaya, Lidah Wetan , Surabaya, Jawa Timur, 60213
Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Buku**
Judul Ciptaan : **Olahraga Disabilitas**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 26 Oktober 2019, di Surabaya

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000166094

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

OLAHRAGA DISABILITAS

Kunjung Ashadi, S.Pd., M.Fis., AIFO

Uwais Inspirasi Indonesia

OLAHRAGA DISABILITAS

ISBN: 978-623-227-205-7

Penulis: Kunjung Ashadi, S.Pd., M.Fis., AIFO

Editor: Khusnul Khotimah, M.Pd

Reviewer: Prof. Dr. Hari Setijono, M.Pd

Dr. Asri Wijastuti, M.Pd

Dr. Imam Marsudi, M.Si

Dr. Nanik Indahwati, M.Or

Drs. Parmin, M.Hum

Roy Agustinus Soselisa, S.Pd., M.Pd

Tata Letak: Yogi

Design Cover:

Sumber gambar cover: <https://pintaria.com/blog/mengenal-lebih-dekat-asian-para-games-2018>

15,5 cm x 23 cm

xiv + 162 halaman

Cetakan Pertama, November 2019

Diterbitkan Oleh:

Uwais Inspirasi Indonesia

Anggota IKAPI Jawa Timur Nomor: 217/JTI/2019 tanggal 1 Maret 2019

Redaksi:

Ds. Sidoarjo, Kec. Pulung, Kab. Ponorogo

Email: Penerbituwais@gmail.com

Website: www.penerbituwais.com

Telp: 0352-571 892

WA: 0812-3004-1340/0823-3033-5859

Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-Undang Nomor 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta, sebagaimana yang telah diatur dan diubah dari Undang-Undang nomor 19 Tahun 2002, bahwa:

Kutipan Pasal 113

- (1) Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf i untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000,00 (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur dan menghaturkan segala puja dan puji kepada Allah SWT yang telah berbaik hati untuk petunjukNya yang telah diberikan kepada penulis sehingga buku “Olahraga Disabilitas” ini dapat terselesaikan dengan baik. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu/Saudara/Saudari yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan dukungannya dalam proses pemberian pengalaman, penemuan ide, pembuatan hingga penyelesaian buku ini.

Untuk itu saya mengucapkan terima kasih banyak dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

A. National Paralympic Committee Indonesia (NPC Indonesia)

1. Bapak Senny Marbun (Ketua NPC Indonesia)
2. Bapak Imam Kuncoro (Pelatih Kepala Tim Para Judo Indonesia)

B. National Paralympic Committee Indonesia – Provinsi Jawa Timur (NPCI Jatim)

1. Bapak Roy Agustinus Soselisa (Wakil Ketua II NPC Jawa Timur)

C. Dinas Kepemudaan dan Olahraga Provinsi Jawa Timur (Dispora Jatim)

1. Bapak R Moch Nurtjahja (Kepala Bidang Keolahragaan Seksi Olahraga Khusus Dispora Jatim)
2. Bapak Rukhan (Staf Bidang Olahraga Khusus Dispora Jatim)
3. Bapak Supardi (Staf Bidang Olahraga Khusus Dispora Jatim)

D. Indonesian Asian Para Games Organizing Committee 2018 (INAPGOC)

1. Bapak Christofer Mulyadi (Ketua Bidang Klasifikasi INAPGOC)
2. Ibu Rika Aninggar Fitriarsi (Kemenpora – Alumni PKO FIO Unesa)
3. Ibu Rora Asyulia (Staf Ahli Klasifikasi INAPGOC)
4. Ibu Yasmien Anis (Staf Ahli Klasifikasi INAPGOC)
5. Bapak Anang Basuki Maharjito (Staf Ahli Klasifikasi INAPGOC)
6. Ibu Lucia Irma (Staf Klasifikasi INAPGOC)

E. Universitas Negeri Surabaya (Unesa)

1. Bapak Nurhasan (Rektor Universitas Negeri Surabaya)
2. Bapak Hari Setijono (Guru Besar FIO Unesa)
3. Ibu Asri Wijastuti (Dosen Senior Pendidikan Luar Biasa Unesa)
4. Bapak Imam Marsudi (Dosen Senior FIO Unesa)
5. Ibu Nanik Indahwati (Dosen Senior FIO Unesa)
6. Bapak Parmin (Dosen Senior Bahasa Indonesia Unesa)
7. Ibu Khusnul Khotimah (Dosen Senior Teknologi Pendidikan Unesa)
8. Saudari Laily Mita Andriana (Alumni PKO FIO Unesa)
9. Saudari Nanda Pratiwi (Alumni PKO FIO Unesa)

Semoga seluruh kebaikan yang telah diberikan oleh Bapak/Ibu/Saudara/Saudari diatas dalam proses awal pembuatan hingga penyelesaian akhir buku “Olahraga Disabilitas” akan menjadi catatan amal sholeh untuk kehidupan pada masa berikutnya. Aamiin.

KATA PENGANTAR

GURU BESAR KEOLAHRAGAAN INDONESIA

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam Olahraga

Tidak semua orang mengetahui apa dan bagaimana yang disebut sebagai penyandang disabilitas. Banyak dimasyarakat orang memandangnya dengan sebelah mata tentang pembinaan kedepan dari para penyandang disabilitas. Namun dengan perkembangan yang ada Pemerintah yang telah memasukkannya dalam Undang-Undang nomor 3 tahun 2005, membawa angin segar bagi masyarakat penyandang disabilitas, apalagi dengan prestasi yang telah dicapai di event-event internasional pada level Asean maupun Asia.

Berdasarkan pengalaman penulis yang telah banyak terjun dan menangani para olahragawan penyandang disabilitas, maka dengan terbitnya buku ini akan lebih mengarahkan kepada para pembaca bagaimana seharusnya untuk membangun kebersamaan dengan para penyandang disabilitas dari sisi pembelajaran maupun mengangkatnya menuju jenjang prestasi nasional dan internasional.

Harapan saya buku ini akan menjadi bahan pencerahan, inspirasi dan acuan bagi seluruh para pembaca dan para pelaku olahraga di tanah air. Kepada saudara Kunjung Ashadi S.Pd. M. Fis. AIFO, saya ucapkan selamat dan terima kasih atas inisiatifnya untuk melahirkan buku yang sangat bermanfaat ini, dan kita tunggu sumbangsih tulisan yang lain untuk membangun bangsa kita dibidang keolahragaan.

Wabillahi taufiq wal hidayah
Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surabaya, 15 Oktober 2019

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'H. Hari Setijono', with a stylized flourish at the end.

Prof. Dr. H. Hari Setijono M.Pd.

PRAKATA

Salam Olahraga,

Para pembaca buku “Olahraga Disabilitas” yang saya hormati, perkembangan prestasi olahraga disabilitas Indonesia semakin mengkilap dari masa ke masa. Hal ini akan semakin baik bila diimbangi dengan dukungan dan upaya mensosialisasikan olahraga disabilitas dengan berbagai cara. Untuk mendukung hal tersebut maka disusunlah buku olahraga disabilitas ini.

Tulisan dalam buku ini disusun untuk seluruh pemerhati olahraga disabilitas, khususnya bagi pembaca yang tertarik untuk mempelajari olahraga disabilitas namun kesulitan mencari literatur tentang buku olahraga disabilitas di Indonesia. Untuk mendukung upaya pemassalan dan sosialisasi olahraga disabilitas di Indonesia secara mudah dan murah maka buku ini sengaja tidak dijual dan dicetak dalam bentuk print out dengan tujuan penjualan buku secara komersil.

Buku ini didesain dalam bentuk ebook yang dapat dibagikan secara gratis melalui WhatsApps atau email dan/atau media lainnya kepada seluruh pemerhati olahraga disabilitas di Indonesia. Jadi silahkan para pembaca untuk dapat membagikan file buku ini kepada para pemerhati olahraga, baik calon/pelatih olahraga disabilitas, pengurus dan *official* olahraga disabilitas, dinas dan/atau organisasi terkait olahraga disabilitas serta dosen dan mahasiswa di lingkungan Fakultas Ilmu Keolahragaan di Indonesia.

Para Pembaca yang budiman, buku “Olahraga Disabilitas” ini disusun dengan tujuan untuk mengenalkan olahraga disabilitas lebih luas kepada seluruh warga Indonesia dengan sudut pandang olahraga disabilitas dibawah *International Paralympic Committee* (IPC) dan *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI). Informasi yang diberikan dalam buku “Olahraga Disabilitas” ini masih terbatas tentang gambaran umum tentang olahraga disabilitas, dan masih belum tajam secara mendalam pada pedoman bagi pelatih dalam melatih olahraga disabilitas.


Untuk itu, penulis sedang mempersiapkan buku olahraga disabilitas yang kedua yaitu dengan judul “Kepelatihan Olahraga Disabilitas” dimana didalamnya berisi tentang pedoman bagi pelatih olahraga disabilitas dalam proses latihan bersama paralimpian dengan menerapkan pendekatan ilmu keolahraagaan/*sport sciences*. Dalam buku tersebut telah dipersiapkan materi tentang pencarian bibit paralimpian, fisiologi olahraga disabilitas, nutrisi olahraga disabilitas, dan masih banyak materi lainnya. Mohon doa dari pembaca yang budiman agar buku tersebut dapat segera terselesaikan dengan baik.

Akhirnya, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada para pembaca sekalian yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk berkenan membaca dan mempelajari buku “Olahraga Disabilitas” ini. Tentu masih banyak kekurangan dan kelemahan didalam buku ini, oleh sebab itu saya berharap pembaca berkenan untuk memberikan saran yang membangun melalui email atau WhatsApps (kontak penulis terlampir). Sebagai penutup, besar harapan saya agar buku “Olahraga Disabilitas” ini

mampu menjadi sebuah petunjuk yang berguna bagi sosialisasi dan pengembangan olahraga disabilitas di Indonesia.

Surabaya, Oktober 2019

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Kunjung Ashadi', written over a horizontal line.

Kunjung Ashadi

DAFTAR ISI

UCAPAN TERIMA KASIH.....	iii
KATA PENGANTAR	v
PRAKATA PENULIS.....	vii
DAFTAR ISI	x

BAB I: PEMAHAMAN DASAR TERKAIT OLAHRAGA

DISABILITAS	1
A. Definisi Insan Disabilitas	1
B. Olahraga Disabilitas	2
C. Perbedaan Paralimpian Dan Atlet	7
D. Rangkuman.....	9
Daftar Pustaka.....	11

BAB II: SEJARAH OLAHRAGA DISABILITAS DI DUNIA DAN

DI INDONESIA	13
A. Sejarah Olahraga Disabilitas di Dunia	13
B. Sejarah Organisasi Olahraga Disabilitas di Indonesia	17
C. Rangkuman.....	21
Daftar Pustaka.....	23

BAB III: JENIS KEDISABILITASAN DALAM OLAHRAGA

DISABILITAS	25
A. Disabilitas Netra	25
B. Disabilitas Daksa	28
C. Disabilitas Intelektual	29
D. Disabilitas Rungu/Disabilitas Rungu Wicara.....	31

E. Rangkuman	33
Daftar Pustaka	34

BAB IV: KLASIFIKASI DALAM OLAHRAGA DISABILITAS ..36

A. Pengertian Klasifikasi.....	36
B. Tujuan Klasifikasi	37
C. Gambaran Sederhana Klasifikasi.....	38
D. Eligible Impairment	41
E. Non Eligible	47
F. Hasil Evaluasi Status Klasifikasi Paralimpian	47
G. Klasifikasi Disabilitas Rungu/Disabilitas Rungu Wicara di Indonesia	48
H. Rangkuman	49
Daftar Pustaka	51

BAB V: CABANG OLAHRAGA DALAM OLAHRAGA

DISABILITAS.....52

A. Panahan/Para Archery.....	52
B. Atletik/Para Athletics.....	53
C. Bulutangkis/Para Badminton.....	55
D. Boccia.....	57
E. Canoe.....	60
F. Bersepeda/Cycling.....	61
G. Berkuda/Equestrian	64
H. Sepakbola/Football 5-a-side	67
I. Goalball	68
J. Judo.....	70
K. Dansa/Para Dance Sport	72
L. Para Powerlifting.....	76

M. Dayung/Rowing.....	78
N. Menembak/Shooting Para Sport	80
O. Bolavoli Duduk/Sitting Volleyball	82
P. Renang/Para Swimming.....	84
Q. Tenis Meja/Table Tennis	86
R. Taekwondo	90
S. Para Triathlon	93
T. Bola Basket Kursi Roda/Wheelchair Basketball	95
U. Anggar Kursi Roda/Wheelchair Fencing.....	98
V. Rugby Kursi Roda/Wheelchair Rugby	99
W. Tenis Kursi Roda/Wheelchair Tennis	102
X. Informasi Penting Terkait Cabang Olahraga Paralimpiade Musim Panas	104
Y. Rangkuman.....	107
Daftar Pustaka.....	108

BAB VI: MULTI EVENT OLAHRAGA DISABILITAS DI DUNIA

DAN DI INDONESIA	112
A. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Dunia	112
B. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Asia	113
C. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Asia Tenggara	114
D. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Indonesia.....	114
E. Multi Event Olahraga Disabilitas Tingkat Provinsi Dan Dibawahnya	115
F. Rangkuman.....	116
Daftar Pustaka.....	117

BAB VII: ORGANISASI OLAHRAGA DISABILITAS DI DUNIA	
DAN DI INDONESIA	118
A. Organisasi Olahraga Disabilitas Tertinggi Di Dunia.....	118
B. Organisasi Olahraga Disabilitas Di Asia	119
C. Organisasi Olahraga Disabilitas Di Asia Tenggara.....	121
D. Organisasi Olahraga Disabilitas Di Indonesia	121
E. Organisasi Olahraga Disabilitas Tingkat Provinsi dan dibawahnya	122
F. Rangkuman	124
Daftar Pustaka	125

BAB VIII: PRODUK PERUNDANG-UNDANGAN INDONESIA	
TERKAIT OLAHRAGA DISABILITAS	126
A. Hak Umum Penyandang Disabilitas.....	126
B. Hak Insan Disabilitas Terlibat Dalam Keolahragaan	127
C. Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Insan Disabilitas.....	128
D. Pelaku Olahraga Disabilitas	132
E. Rangkuman	133
Daftar Pustaka	134

BAB IX: NILAI-NILAI YANG WAJIB DIMILIKI PELATIH	
OLAHRAGA DISABILITAS	135
A. Keikhlasan	135
B. Kesabaran	136
C. Empati	137
D. Ketulusan.....	139
E. Kejujuran	140
F. Integritas.....	141

G. Penerimaan.....	142
H. Kerahasiaan.....	142
I. Individualisasi.....	143
J. Sikap tidak menghakimi	144
K. Rasional.....	146
L. Kerja Keras	147
M. Non diskriminasi.....	147
N. Kepedulian.....	149
O. Respek.....	150
P. Komunikatif	150
Q. Komitmen.....	151
R. Kumpulan Nilai Yang Wajib Dimiliki Pelatih Olahraga	
Disabilitas	152
S. Rangkuman.....	153
Daftar Pustaka.....	154
 GLOSARIUM.....	 155
INDEKS.....	158
TENTANG PENULIS.....	162

BAB 1

PEMAHAMAN DASAR TERKAIT OLAHRAGA DISABILITAS

A. Definisi Insan Disabilitas

Tuhan menciptakan manusia dalam berbagai macam kondisi dan bentuk. Semua telah diatur sedemikian rupa oleh Tuhan dengan maksud dan tujuan yang mulia, namun kadang hal tersebut tidak cepat mampu untuk diterima dan dipahami oleh manusia. Ada individu yang terlahir dengan tubuh yang lengkap, namun pada sisi yang lain terdapat manusia yang terlahir dengan kondisi berbeda/disabilitas. Seseorang yang memiliki perbedaan pada visual, intelektual dan fisik disebut dengan insan disabilitas.

Disabilitas adalah kata yang lebih halus untuk menggantikan istilah dari penyandang cacat. Perubahan tersebut tercantum pada Undang-Undang Republik Indonesia¹. Disabilitas adalah kondisi seseorang yang memiliki keterbatasan pada mental, keadaan fisik, kognitif, intelektual, sensorik, emosional, perkembangan, atau kombinasi dari beberapa keterbatasan yang dialami dalam waktu yang lama².

Insan disabilitas memiliki hambatan dan memiliki beberapa kesulitan dalam berpartisipasi atau melakukan aktivitas yang dilakukan oleh insan nondisabilitas³. Macam-macam penyandang/insan disabilitas telah disebutkan pada Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2001⁶ dimana pada pasal 4 disebutkan macam-macam jenis penyandang/insan

disabilitas adalah insan disabilitas fisik, insan disabilitas intelektual, insan disabilitas mental, dan insan disabilitas sensorik².

B. Olahraga Disabilitas

Berdasarkan Undang-Undang No. 3 tahun 2005 tentang pada pasal 30 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat/disabilitas dijelaskan bahwa ruang lingkup olahraga insan disabilitas adalah olahraga rekreasi, olahraga prestasi dan olahraga pendidikan (pendidikan jasmani) dengan jenis olahraga yang dilakukan sesuai dengan kecacatan/ kelainan yang dimiliki⁴. Penjelasan lebih detail ditunjukkan pada bagian selanjutnya:

1. Pendidikan Jasmani Adaptif

Pendidikan jasmani adaptif merupakan sebuah bentuk layanan pendidikan jasmani untuk peserta didik di lingkungan sekolah luar biasa, baik pada sekolah tingkat dasar, menengah dan atas. Terdapat perbedaan antara pendidikan jasmani adaptif dengan pendidikan jasmani nondisabilitas dimana proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani adaptif diatur dengan menggunakan aktivitas fisik yang telah dimodifikasi sedemikian rupa dan memungkinkan peserta didik untuk berpartisipasi dengan aman dan nyaman⁵.



Gambar 1.1. Proses pendidikan jasmani adaptif dalam lingkup olahraga pendidikan

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=jgrE7m7fDNg>

Pendidikan jasmani adaptif dan pendidikan jasmani nondisabilitas memiliki tujuan yang sama yaitu untuk meningkatkan ketrampilan gerak, kebugaran jasmani, ketrampilan sosial, tindakan moral dan stabilitas emosional⁶.

2. Olahraga Rekreasi

Olahraga dapat dilakukan oleh semua kalangan masyarakat, termasuk insan disabilitas. Olahraga tidak hanya berhubungan dengan prestasi saja, namun juga sebagai cara masyarakat untuk mengisi waktu luang, menjaga kesehatan dan meningkatkan kebugaran jasmani⁷.



Gambar 1.2. Salah satu aktivitas air sebagai wahana olahraga rekreasi untuk insan disabilitas

Sumber: <https://lifestyle.okezone.com/read/2016/12/30/406/1579152/bentuk-perhatian-destinasi-wisata-ini-kepada-penyandang-disabilitas>

Olahraga yang dilakukan oleh insan disabilitas di lingkungan masyarakat dalam tujuan untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan kebugaran jasmani termasuk dalam jenis olahraga rekreasi.

3. Olahraga Prestasi

Olahraga prestasi disabilitas atau lebih mudah disebut dengan olahraga disabilitas merupakan olahraga prestasi yang tajam dilakukan oleh para insan disabilitas. Seperti layaknya atlet nondisabilitas maka paralimpian (atlet olahraga disabilitas) juga menjalani pembinaan untuk olahraga prestasi.

Pembinaan ini bertujuan agar paralimpian dapat mengembangkan bakat dan potensi yang dimilikinya. Dengan

adanya pembinaan prestasi pada paralimpian maka hal tersebut akan mengerucut dalam upaya pencapaian prestasi tertinggi bagi para paralimpian.



Gambar 1.3. Prestasi paralimpian Indonesia yang mampu mengharumkan merah putih di kejuaraan Internasional

Sumber: <https://sports.okezone.com/read/2018/10/20/43/1966520/npc-harapkan-pplp-disabilitas-selepas-asian-para-games-2018>

Pembinaan prestasi pada olahraga disabilitas Indonesia dilakukan oleh sebuah organisasi olahraga disabilitas yang di dalamnya berisikan kegiatan pelatihan yang dilakukan secara berjenjang, bertahap dan berkelanjutan mulai dari tingkat daerah, nasional hingga internasional di bawah wewenang *National Paralympic Committee Indonesia (NPCI)*.

Untuk mempermudah pemahaman tentang perbandingan ruang lingkup olahraga disabilitas, baik di bidang pendidikan, rekreasi dan prestasi silahkan mencermati tabel 1.1.

Tabel 1.1 Perbedaan ruang lingkup keolahragaan insan disabilitas

No	Pendidikan Jasmani Adaptif	Olahraga Rekreasi	Olahraga Prestasi
1	Pendidik (Guru, dosen) yang berkompotensi PJOK	Instruktur olahraga rekreasi	Pelatih cabang olahraga bersertifikasi
2	Pengetahuan, pendidikan, keterampilan, kepribadian, dan kebugaran	Kebugaran, hubungan sosial, hidup sehat, kesenangan	Prestasi (Medali juara)
3	Malakukan pendidikan secara sistematis dengan beracuan sistem pendidikan nasional	Pembinaan diarahkan untuk menggali dan mengembangkan budaya olahraga tradisional	Melakukan pembinaan terencana dan berkelanjutan (Training centre)
4	Tanggung jawab menteri / pemerintahan di bidang pendidikan nasional	Tanggung jawab menteri / pemerintahan di bidang budaya dan pariwisata	Di bawah naungan induk organisasi cabang olahraga
5	Sarana dan prasarana dapat dimodifikasi	Sarana dan prasarana yang mudah dan menarik (Sanggar, tempat kebugaran)	Sarana dan prasarana olahraga berstandar internasional
6	Tujuan pembelajaran tidak mencetak peserta	Mengolahragakan masyarakat dan memasyarakatkan	Ikut dalam suatu ajang kompetisi dan kejuaraan

No	Pendidikan Jasmani Adaptif	Olahraga Rekreasi	Olahraga Prestasi
	didik menjadi atlet yang mengikuti di kompetisi olahraga	olahraga	olahraga

C. Perbedaan Paralimpian Dan Atlet

Seperti yang kita ketahui bahwa seluruh masyarakat Indonesia memiliki hak untuk berpartisipasi melakukan olahraga. Masyarakat dapat berpartisipasi melalui olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Tuhan menciptakan manusia dengan keunikan dan ciri khas masing-masing. Maka tidak mengherankan jika manusia tercipta berbeda-beda yang memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Paralimpian merujuk pada istilah yang digunakan untuk olahragawan disabilitas, sedangkan atlet digunakan sebagai pengganti kata olahragawan nondisabilitas⁸.



**Gambar 1.4. Gambar Paralimpian-paralimpian Indonesia dalam
pergelaran Asian Para Games Indonesia 2018**

Sumber: <https://m.brilio.net/creator/dengan-optimisme-disabilitas-juga-bisa-menjadi-atlet-berprestasi--ee3604.html>

Secara khusus, pada sub bab ini akan membahas tentang karakteristik khusus paralimpian yang ditunjukkan melalui tabel 1.2.

Tabel 1.2. Karakteristik Khusus Paralimpian

No	Perbedaan	Atlet disabilitas
1	Anatomi tubuh	Anatomi tubuh yang berbeda/disabilitas
2	Fisiologi tubuh	Akibat kedisabilitasan tubuh yang dimiliki maka dengan demikian fisiologi tubuh juga berbeda dengan atlet nondisabilitas
3	<i>Sport injury</i>	Akibat kedisabilitasan tubuh yang dimiliki, paralimpian rentan mengalami cedera dibandingkan atlet.
4	Program latihan	Program latihan wajib disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi paralimpian.
5	Sarana dan prasarana	Sarana dan prasarana olahraga disabilitas tidak boleh disamakan dengan olahraga nondisabilitas sebab dengan kondisi tubuh yang berbeda tersebut tentu dibutuhkan modifikasi sarana dan prasarana latihan olahraga sesuai dengan kondisi masing-masing paralimpian

D. Rangkuman

1. Disabilitas adalah inisial yang lebih halus yang menggantikan istilah dari penyandang cacat. Perubahan tersebut tercantum pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 tahun 2011 tentang pengesahan konvensi mengenai hak-hak insan disabilitas.
2. Disabilitas adalah kondisi seseorang yang memiliki keterbatasan pada mental, keadaan fisik, kognitif, intelektual, sensorik, emosional, perkembangan, atau kombinasi dari beberapa keterbatasan yang dialami dalam waktu yang lama.

3. Insan disabilitas memiliki hak dalam berpartisipasi melaksanakan dan memajukan olahraga. Lingkup olahraga tersebut terbagi atas: olahraga pendidikan (pendidikan jasmani adaptif), olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi.
4. Masyarakat insan disabilitas memiliki hak untuk mengembangkan minat dan bakat dan potensinya dalam bidang olahraga prestasi sesuai kategori disabilitas yang diakomodir aturan olahraga disabilitas yang berlaku baik dalam lingkup Indonesia dan atau Internasional.
5. Pembinaan prestasi olahraga disabilitas berada dibawah wewenang *National Paralympic Comitee Indonesia* (NPCI).

Daftar Pustaka

- Nugroho, RS. Kristiyanto, A. Purnama, SK. *Faktor keberhasilan atlet npc indonesia dalam meraih medali pada ajang multi event asian paragames 2018 di Jakarta*. 2019 Available from <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/PROPKO/article/view/856>
- Undang - Undang Republik Indonesia Nomor 8 tahun 2016 tentang penyandang disabilitas.
- Wijayanti, DGS., Soegiyanto. Nasuka. *Pembinaan Olahraga Untuk Insan Disabilitas Di National Paralympic Committee*. Salatiga. 2016. *Journal of Physical Education and Sport*, 5(1), pp. 2–4. doi: 10.5897/JPEM.
- Undang - Undang Republik Indonesia 2005 No. 3 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional
- Rahim, A. Taryatman. Pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani adaptif bagi anak berkebutuhan khusus di sekolah dasar inklusif kota yogyakarta. 2018. *Jurnal Pendidikan Ke-SD-an*, 4(2), pp. 364–368. Available from <https://media.neliti.com/media/publications/259047-pengembangan-model-pembelajaran-pendidik-67870614.pdf>
- Agustina, G. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. 2017. *Jurnal Widia Ortodidaktika*, 6(2). Available from <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/plb/article/v>

iew/6885/6626.

Nababan, MB, Dewi, R. Akhmad, I. Analisis pola pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi di federasi olahraga rekreasi masyarakat indonesia sumatera utara tahun 2017. 2018. Jurnal Pedagogik Olahraga, 4(1). Available at: <http://digilib.unimed.ac.id/30910/>.

Soselisa, RA. Evaluasi cabang olahraga terukur dalam kontingen provinsi jawa timur pada pekan paralimpik nasional XV tahun 2016 di jawa barat. 2017. Tesis, Program Studi Pendidikan Olahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Surabaya.

BAB II

SEJARAH OLAHRAGA DISABILITAS DI DUNIA DAN DI INDONESIA

A. Sejarah Olahraga Disabilitas di Dunia

Paralimpian adalah olahragawan disabilitas yang memiliki tekad yang kuat dan kemampuan untuk mendorong dirinya sendiri untuk melampaui batas dirinya. Salah satu cara pembuktiannya yaitu dengan terlibat secara penuh dalam aktivitas olahraga disabilitas yang akhirnya mencetak prestasi. Olahraga disabilitas memiliki peran yang sangat penting untuk membantu para insan disabilitas untuk meningkatkan rasa percaya diri dan mengembangkan potensi mereka meskipun memiliki keterbatasan dalam hal tertentu.

Selain itu, olahraga disabilitas merupakan sarana yang efektif untuk menunjukkan kepada masyarakat tentang betapa hebat upaya perjuangan tak kenal lelah yang dilakukan oleh paralimpian dalam proses latihan dan pertandingan/perlombaan olahraga disabilitas. Bila berbicara tentang olahraga disabilitas maka tentu tidak dapat dipisahkan dengan kata *paralympic Games*.

Paralympic Games atau dalam Bahasa Indonesia disebut dengan Paralimpiade adalah kejuaraan *multi event* olahraga terbesar di dunia yang diikuti oleh elit paralimpian masing-masing negara di dunia. Pada awal mulanya, tahapan menuju *paralympic games* dimulai dari kegiatan olahraga rekreasi dan olahraga rehabilitasi untuk insan disabilitas daksa yang kemudian

berkembang secara bertahap menjadi olahraga kompetitif sehingga akhirnya bermuara ke *paralympic games*.

Untuk menjadi sebuah *multi event paralympic games* yang sangat luar biasa seperti saat ini tentu tidak dapat dipisahkan dengan awal mula sejarah olahraga disabilitas di dunia. Sejarah olahraga disabilitas dimulai oleh Ludwig Guttmann, seorang ahli bedah saraf Jerman yang mendirikan unit cedera tulang belakang Stoke Mandeville di Aylesbury pada tahun 1944. Guttmann menggunakan olahraga sebagai bagian dari proses rehabilitasi untuk pasien dengan cedera tulang belakang.



Gambar 2.1. Ludwig Guttmann “Father of Paralympics”

Sumber: <https://twitter.com/wheelpower/status/947546877972672518>

Ketika melaksanakan profesinya dalam membantu rehabilitasi insan disabilitas dengan menggunakan media olahraga, lama kelamaan beliau terinspirasi untuk membentuk olahraga untuk insan disabilitas. Dengan adanya hal tersebut beliau melihat banyak manfaat dari menyatukan dan

mempertemukan orang-orang yang memiliki masalah cedera yang sama untuk sebuah tujuan yang sama.

Saat Stoke Mandeville Games pertama dilaksanakan maka waktu itu bertepatan dengan hari pembukaan Olimpiade yang diadakan di London pada tahun 1948. Kejuaraan ini diakui sebagai fenomena olahraga dunia yang merupakan suatu perayaan luar biasa dari aktivitas fisik secara kompetitif yang mendorong mimpi, mendorong banyak insan disabilitas untuk berpartisipasi dan berjuang untuk menjadi yang terbaik.

Setelah berakhirnya Perang Dunia Kedua, Ludwig Guttmann terlibat dalam kelembagaan organisasi yang melayani kebutuhan para insan disabilitas dengan gangguan/*impairment* yang lebih luas. Guttmann memiliki peran penting dalam mempromosikan kompetisi olahraga untuk para insan disabilitas dan mendirikan organisasi *International Stoke Mandeville Games*.

Selama melakukan pekerjaan di beberapa negara Eropa, Guttmann memiliki inisiatif untuk merangkul orang-orang yang disabilitas netra dan individu yang mengalami keterbatasan akibat amputasi untuk turut serta ke dalam olahraga disabilitas. Selanjutnya Guttman menjadi lebih inklusif pada masyarakat insan disabilitas lainnya melalui Organisasi *International Sports Organisation For The Disabled* (ISOD).

Pada tahun 1982 didirikanlah Komite Koordinasi Internasional dari Organisasi Olahraga Dunia untuk Insan disabilitas atau *International Coordinating Committee* (ICC). Organisasi ini dibentuk dengan maksud untuk mewakili suara untuk para insan disabilitas dalam olahraga. ICC melakukan

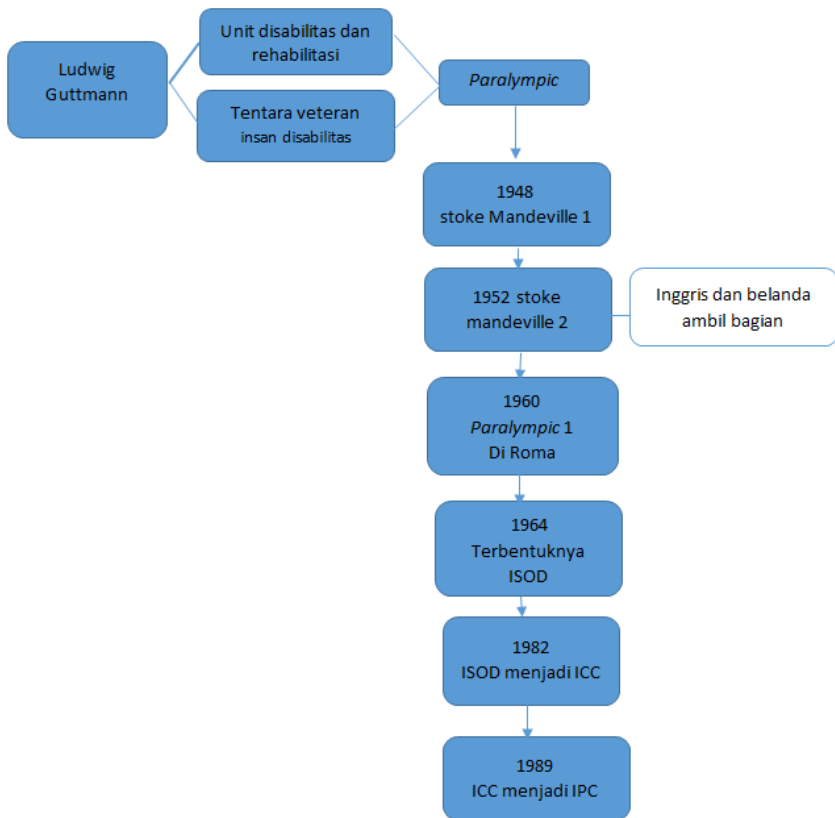
pengelolaan dan pembinaan untuk terwujudnya acara olahraga disabilitas yaitu *Paralympic Games*¹.

Paralympic games adalah kejuaraan dunia *multi event* olahraga disabilitas internasional yang diselenggarakan dalam waktu dan tempat yang sama dengan menggunakan pola Olimpiade. Saat ini *Paralympic Games* di bawah wewenang *International Paralympic Committee* (IPC) yang selalu berupaya untuk meningkatkan potensi para paralimpian untuk meningkatkan kemampuan dan menembus batasan dirinya.

Selanjutnya, *International Paralympic committee* (IPC), organisasi paralimpik terbesar di dunia, dibentuk pada tahun 1989 melalui adanya kerjasama dari beberapa organisasi internasional yang memiliki tujuan untuk menstabilkan dan memperluas dunia olahraga elit bagi para insan disabilitas. Pada saat ini IPC menyelenggarakan *sport event* berupa *Paralympic Winter and Summer Games*, serta bertindak sebagai federasi internasional untuk 12 cabang olahraga yang mengkoordinasikan Kejuaraan Dunia dan Regional.

Tujuan dan target IPC dalam membina olahraga disabilitas yaitu memperluas kegiatan olahraga disabilitas di negara-negara berkembang. Selain itu juga lebih memfokuskan untuk meningkatkan partisipasi olahraga pada perempuan insan disabilitas serta paralimpian-paralimpian insan disabilitas dengan status *impairment* yang berat.

Melalui olahraga, IPC memiliki visi yaitu "*inspiration and empowerment*" dengan adanya visi tersebut diharapkan dapat mengembangkan potensi masyarakat insan disabilitas di bidang olahraga. Gambaran singkat sejarah organisasi olahraga disabilitas tingkat dunia ditunjukkan gambar 2.2.



Gambar 2.2. Ringkasan Alur Sejarah Olahraga Disabilitas di Dunia

(Sumber : Bailey, 2007)

B. Sejarah Organisasi Olahraga Disabilitas di Indonesia

Sejarah olahraga disabilitas Indonesia tidak dapat dipisahkan dengan nama besar Profesor Doktor R. Soeharso. Beliau adalah “*The Father of Indonesia Paralympics*” yang berprofesi sebagai dokter bedah tulang yang juga pendiri pusat rehabilitasi pertama di Indonesia untuk para insan disabilitas daksa². Banyak jasa dan pengabdian yang telah beliau berikan pada perkembangan insan disabilitas di Indonesia sehingga atas

jasa-jasanya maka pada tahun 1974 diberikan gelar sebagai pahlawan nasional³.



Gambar 2.3. Penghormatan kepada Profesor Doktor R. Soeharso dalam bentuk perangko yang diterbitkan oleh Kantor Pos Indonesia

Sumber: <https://id.wikipedia.org/wiki/Suharso>

Dengan diprakarsai kerja keras Profesor Doktor R. Soeharso maka pada tanggal 31 Oktober 1962 dibentuk organisasi olahraga disabilitas dengan nama Yayasan Pembina Olahraga Cacat (YPOC)⁴. Selanjutnya Pada Musyawarah Olahraga Nasional (Musornas) YPOC ke VII yang diselenggarakan di Yogyakarta pada tanggal 31 Oktober – 1 November 1993 diputuskan perubahan nama YPOC menjadi Badan Pembina Olahraga Cacat (BPOC).

Selanjutnya pada pertemuan *General Assembly* IPC pada tanggal 18 November 2005 diputuskan bahwa penggunaan kata

“paralympic” pada gerakan dan kegiatan olahraga disabilitas bersifat wajib. Hal ini disebabkan karena IPC berfokus pada olahraga prestasi dan tidak mewadahi olahraga rehabilitasi dan rekreasi. Dengan adanya keputusan tersebut, negara-negara yang terdaftar di dalam anggota IPC wajib hukumnya untuk mencantumkan kata *“Paralympic”* dalam nama organisasinya.

Dengan adanya kewajiban penggunaan kata *“Paralympic”* tersebut maka pada tanggal 27 – 28 Juli 2010 diadakan Musyawarah Olahraga Nasional Luar Biasa (Musornaslub) BPOC dengan membahas tentang perubahan nama organisasi olahraga disabilitas Indonesia. Melalui Musornaslub yang diselenggarakan di Solo, Jawa Tengah tersebut diputuskan perubahan nama organisasi dari Badan Pembina Olahraga Cacat (BPOC) menjadi *National Paralympic Committee* Indonesia (NPCI), yang disahkan dengan adanya perubahan Akta Notaris Nomor 32 tanggal 30 Agustus 2010⁵. Setelah itu pada tahun 2013 diikuti dengan adanya perubahan Akta Notaris terbaru Nomor 14 tanggal 11 Juli 2013 yang berisikan tentang perubahan Anggaran Dasar NPC Indonesia.

Meskipun adanya perubahan dari waktu ke waktu, tujuan dan fungsi organisasi tersebut tetaplah sama, yaitu sebagai wadah olahraga disabilitas di Indonesia. NPC Indonesia memiliki tugas dan wewenang untuk mengkoordinasikan dan melakukan pembinaan yang berhubungan dengan kegiatan olahraga prestasi bagi insan disabilitas Indonesia pada tingkat nasional maupun internasional.

Sesuai dengan perkembangan organisasi keolahragaan *International Olympic Committee* (IOC) dan *Olympic Council of Asia* (OCA)⁶, maka NPC Indonesia yang awalnya berada di

bawah Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) akhirnya berdiri sendiri sebagai organisasi mandiri yang setara dengan KONI yang berfokus menangani olahraga prestasi untuk paralimpian. Hal ini tertuang melalui surat keputusan KONI pusat nomor 08/RA/2015 per tanggal 31 Maret 2015 tentang pengunduran diri organisasi NPC Indonesia sebagai anggota KONI⁷. Saat ini, NPC Indonesia telah berdiri sejajar dengan KONI. Perbedaan NPC Indonesia dan KONI yaitu seluruh ranah prestasi untuk olahraga disabilitas berada pada wilayah NPC Indonesia sedangkan KONI memiliki wewenang dalam bidang prestasi untuk olahraga nondisabilitas⁸.

Perkembangan dan kemajuan yang dialami NPC Indonesia saat ini tentu tidak terlepas dari kerja keras seluruh pengurus NPC Indonesia dibawah kepemimpinan Senny Marbun. Beliau telah menjabat menjadi ketua organisasi ini sejak tahun 2004 hingga saat ini, sejak organisasi olahraga disabilitas Indonesia masih bernama BPOC hingga berubah menjadi NPC Indonesia⁹.



Gambar 2.4. Ketua NPC Indonesia Senny Marbun

Sumber: <https://kompas.id/baca/nusantara/2019/02/20/senny-marbun-kembali-pimpin-komite-paralimpiade-nasional-indonesia>

C. Rangkuman

1. *The Father of Paralympics* adalah Ludwig Guttmann. Beliau merupakan seorang ahli bedah saraf yang menggunakan media olahraga untuk melakukan rehabilitasi bagi insan disabilitas.
2. *Sport event* olahraga disabilitas pertama kali dilakukan pada tahun 1948 di Stoke Mandeville yang pesertanya meliputi tentara veteran dan masyarakat umum.

3. Pada tahun 1989 terbentuklah IPC (*International Paralympics Committee*) yang merupakan organisasi olahraga prestasi bagi insan disabilitas yang mengkoordinasi organisasi olahraga di seluruh dunia.
4. *The father of Indonesia Paralympics* yaitu Profesor Doktor R. Soeharso yang dianugerahi gelar sebagai pahlawan nasional yang memprakarsai terbentuknya organisasi olahraga disabilitas pertama di Indonesia yaitu Yayasan Pembina Olahraga Cacat (YPOC) yang dibentuk pada 31 Oktober 1962.
5. *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) merupakan organisasi prestasi bagi paralimpian olahraga disabilitas. Organisasi NPCI berada di bawah naungan IPC dengan fokus utama untuk membina dan meningkatkan prestasi olahraga disabilitas Indonesia di kancah internasional.
6. NPC Indonesia telah berdiri sejajar dengan KONI. Perbedaan NPC Indonesia dan KONI yaitu seluruh ranah prestasi untuk olahraga disabilitas berada pada wilayah NPC Indonesia sedangkan KONI memiliki wewenang dalam bidang prestasi untuk olahraga nondisabilitas.
7. Perkembangan dan kemajuan yang dialami NPC Indonesia tentu tidak terlepas dari kerja keras seluruh pengurus NPC Indonesia dibawah kepemimpinan Senny Marbun yang telah menjabat sebagai ketua organisasi sejak tahun 2004 sampai dengan saat ini.

Daftar Pustaka

Bailey, Steve. (2007). *Athlete First A History of the Paralympic Movement*. Winchester College, United Kingdom: International Council of Sport Science and Physical Education (ICSSPE).

YPAC. Sejarah ypac. Available from <https://ypac-nasional.org/sejarah-ypac/>

Wikipedia. Suharso. Available from <https://id.wikipedia.org/wiki/Suharso>

NPC Bali. Tentang npc bali. Available from <https://npcbali.wordpress.com/sejarah-npc-indonesia/>

NPCI. Sejarah npc indonesia. Available from <http://npcindonesia.id/tentang-npci/>

Surat Menteri Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia Nomor: 03919/MENPORA.D.III-1/VIII/2015 tentang penganggaran NPC daerah pasca pengunduran dari Pusat dari anggota KONI

Surat Keputusan Nomor: 08/RA/2015 tentang pengunduran diri organisasi National Paralympic Committee (NPC) Indonesia sebagai anggota KONI

Soselisa, RA. Evaluasi cabang olahraga terukur dalam kontingen provinsi jawa timur pada pekan paralimpik nasional xv tahun 2016 di jawa barat. 2017. Tesis, Program Studi

Pendidikan Olahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Surabaya.

Jawapos. Senny marbun menang secara aklamasi, jadi ketua umum npc Indonesia. 2019. Available from <https://radarsolo.jawapos.com/read/2019/02/21/120747/senny-marbun-menang-secara-aklamasi-jadi-ketua-umum-npc-indonesia>

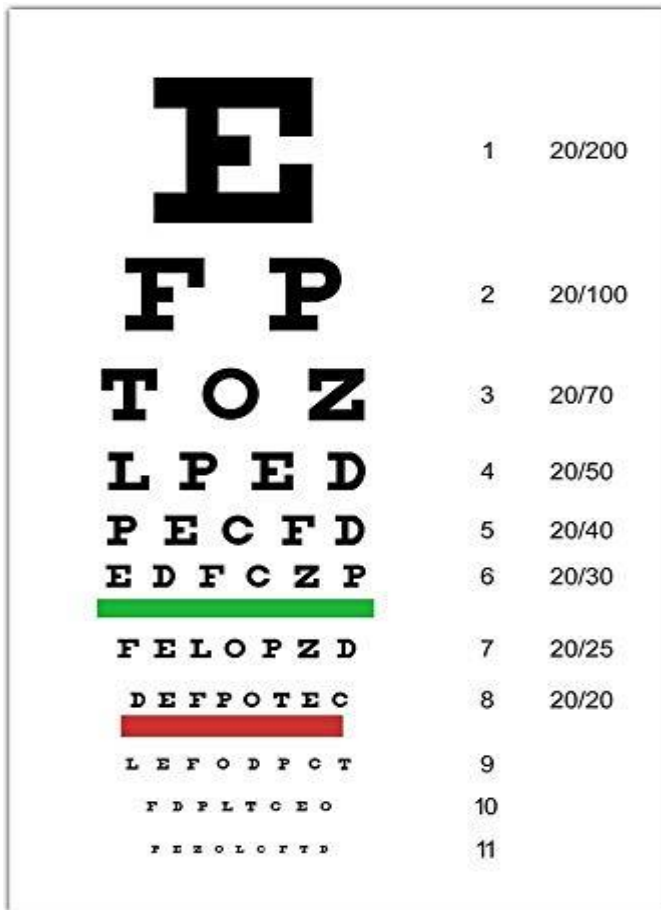
BAB III

JENIS KEDISABILITASAN DALAM OLAHRAGA DISABILITAS

A. Disabilitas Netra

Disabilitas netra disematkan pada individu yang mengalami gangguan pada penglihatan. Secara umum kata disabilitas netra sering disebut dengan istilah buta. Kondisi disabilitas netra terjadi dalam berbagai cerita yang berbeda. Beberapa orang dilahirkan dalam kondisi disabilitas netra sejak lahir. Disabilitas netra bawaan atau sejak lahir dapat disebabkan karena faktor genetik misalnya infeksi yang ditularkan dari ibu ke janin yang sedang berkembang selama kehamilan, contohnya yaitu campak Jerman. Orang lain lahir dengan penglihatan sempurna namun kemudian mengalami gangguan penglihatan di kemudian hari karena cedera, misalnya karena terkena lemparan bola bisbol pada mata atau mengalami kecelakaan mobil atau motor. Pada situasi yang lain individu juga terlahir dengan penglihatan sempurna dapat kehilangan penglihatan di kemudian hari karena faktor penyakit seperti diabetes atau *meningitis*.

Untuk memastikan bahwa seseorang mengalami gangguan penglihatan maka dapat dilakukan pengukuran ketajaman penglihatan dengan menggunakan *eye sight test* yang ditunjukkan oleh gambar 3.1.



Gambar 3.1. Contoh bentuk *eye sight test*

Sumber: <https://www.amazon.com/Snellen-Chart-Wall-Room-Dekor/dp/B0190UEBAU>

Dengan menggunakan *eye sight test* akan diketahui status dan jenis gangguan penglihatan yang dialami individu. Berdasarkan kemampuan daya penglihatan maka disabilitas netra dapat dibagi menjadi dua¹ yaitu:

1. Disabilitas Netra Ringan/*Low Vision*

Individu dengan kondisi *low vision* masih memiliki kemampuan melihat meskipun mengalami gangguan dalam

penglihatan. Gangguan penglihatan ini tidak tergolong berat. Individu dengan *low vision* masih dapat melihat dan membaca dengan alat bantu penglihatan seperti kaca pembesar dan mampu membaca tulisan yang dicetak dengan ukuran yang besar. Secara medis, individu dengan kondisi *low vision* memiliki ketajaman penglihatan antara 20/70 dan 20/200 dibanding kemampuan penglihatan orang yang menggunakan kacamata.

2. Disabilitas Netra Total/*Blind*

Individu dengan kondisi *blind* tidak mampu melihat sama sekali. Disabilitas netra total merupakan level gangguan yang paling berat dibandingkan *low vision*. Disabilitas netra total adalah seseorang yang memiliki kondisi ketajaman penglihatan 20/200 atau kurang dari penglihatan orang yang memakai kacamata atau jangkauan penglihatan yang sangat sempit dengan diameter jangkauan penglihatan tidak lebih dari 20 derajat².

Meskipun memiliki gangguan pada penglihatan, namun pada umumnya orang dengan kondisi disabilitas netra memiliki kelebihan pada kemampuan pendengaran yang tajam. Hal ini disebabkan karena mereka terbiasa menggunakan telinga untuk mendeteksi lingkungan sekitar agar mampu beradaptasi dengan baik³.

Bila dikaitkan dengan klasifikasi dalam olahraga disabilitas maka disabilitas netra termasuk dalam kategori disabilitas penglihatan atau *visual impairment*. Terdapat beberapa cabang olahraga yang dapat diikuti oleh individu dengan kondisi disabilitas netra yang akan dibahas lebih detail pada bab klasifikasi olahraga disabilitas.

B. Disabilitas Daksa

Gangguan atau perbedaan fungsi anggota tubuh/fisik pada manusia dapat disebut sebagai disabilitas daksa. Gangguan fungsi anggota tubuh dalam terjadi pada kaki, tangan, punggung, kepala dan leher. Kejadian disabilitas daksa beragam dan berbeda antara individu satu dan lainnya.



Gambar 3.2. Gangguan fungsi pada beragam anggota tubuh

<http://www.chazak.org.za/types-of-disabilities/types-of-disabilities-physical-impairment/>

Terdapat tiga faktor penyebab terjadinya disabilitas daksa, yaitu faktor sebelum kelahiran, saat lahir, dan setelah kelahiran. Berikut di bawah ini akan dijelaskan ketiga faktor penyebab terjadinya disabilitas daksa⁴ tersebut:

1. Faktor Sebelum Kelahiran/*Prenatal*

Faktor penyebab kejadian disabilitas daksa ini diakibatkan karena adanya gangguan genetik dan kerusakan saraf pusat pada saat calon bayi masih ada di dalam kandungan ibu. Faktor yang menyebabkan bayi mengalami kelainan saat dalam kandungan adalah: *anoxia prenatal*, penyakit anemia, gangguan jantung, kondisi *shock*, dan percobaan pengguguran kandungan/aborsi, gangguan metabolisme pada ibu, benturan keras/kecelakaan pada perut ibu serta infeksi virus.

2. Faktor Saat Lahir/*Neonatal*

Faktor kedua penyebab disabilitas daksa yaitu faktor saat kelahiran seperti: kesulitan melahirkan karena posisi bayi sungsang atau bentuk pinggul ibu yang terlalu kecil, pendarahan pada otak saat kelahiran, kelahiran prematur, penggunaan alat bantu kelahiran berupa tang yang mengganggu fungsi otak pada bayi, gangguan plasenta yang mengakibatkan kekurangan oksigen yang mengakibatkan terjadinya *anoxia* dan pemakaian *anestasi* yang melebihi ketentuan adalah contoh faktor neonatal terjadinya disabilitas daksa.

3. Faktor Setelah Kelahiran/*Postnatal*

Disabilitas daksa dapat terjadi pada seseorang pada saat ia mengalami masa tumbung kembang atau bahkan saat sudah dewasa. Serangan penyakit seperti radang selaput otak/*meningitis*, radang otak/*enchepalitis*, *diphtheria*, dan *partusis* merupakan penyakit yang berbahaya dan dapat menyebabkan terjadinya disfungsi otak. Selain itu, faktor kecelakaan seperti terjadinya benturan keras di bagian kepala, terjatuh dari tempat yang tinggi tanpa menggunakan pengaman kepala, serta kecelakaan lalu lintas juga merupakan faktor penyebab terjadinya kondisi disabilitas daksa.

C. Disabilitas Intelektual

Keterbatasan intelektual pada manusia dapat disebut sebagai disabilitas intelektual. Keterbatasan intelektual biasanya diidentifikasi selama masa kanak-kanak hingga sebelum usia 18 tahun dan memiliki efek abadi pada perkembangan sepanjang hidup seseorang. Faktor penyebab disabilitas intelektual adalah

karena faktor genetik atau fisiologis yang terjadi saat bayi di dalam kandungan. Ketika masih berada dalam kandungan, bayi dapat mengalami gangguan kromosom, penyakit bawaan dari ibu atau adanya pengaruh eksternal seperti ibu hamil yang mengonsumsi alkohol, obat-obatan, dan racun yang mengganggu pertumbuhan otak janin⁵. Selain itu, bayi yang pernah memiliki riwayat kejang juga berpotensi mengalami disabilitas intelektual.

Klasifikasi pada disabilitas intelektual dibagi menjadi empat jenis berdasarkan tingkatan IQ anak, yaitu ringan, sedang, berat dan sangat berat⁶. Berikut di bawah ini dijelaskan masing-masing jenis disabilitas intelektual tersebut.

1. Ringan/*Mild* (Rentang IQ 55-70)

Anak pada kategori ini memiliki karakteristik mengalami perkembangan fisik yang lebih lambat dibandingkan dengan rata-rata anak seusianya. Ia juga kesulitan untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik di sekolah dengan baik. Meski demikian disabilitas intelektual kategori ringan mampu melakukan keterampilan praktis dan aktivitas rumah tangga sehingga kelak ia dapat hidup secara mandiri.

2. Sedarang/*Moderate* (Rentang IQ 40-55)

Disabilitas intelektual dengan kategori sedang memiliki kemampuan intelektual yang lebih rendah dibanding kategori ringan. Anak disabilitas intelektual dengan kategori sedang memiliki kemampuan komunikasi yang sederhana bahkan hanya komunikasi untuk menyampaikan kebutuhan dasar seperti makan, mandi, dan minum. Penampilan fisiknya juga

menunjukkan perbedaan dibanding anak seusia pada umumnya. Meskipun demikian, ia masih dapat dididik untuk mengurus dirinya sendiri meskipun membutuhkan waktu dan proses yang cukup lama serta kesabaran yang tinggi.

3. Berat/*Severe* (Rentang IQ 25-40)

Pada kategori ini, anak kesulitan atau bahkan tidak mampu untuk mengurus dirinya sendiri dan melakukan tugas-tugas sederhana dengan baik. Anak dengan disabilitas intelektual berat mengalami gangguan bicara dan perbedaan fisik yang dapat dilihat pada bagian lidah serta ukuran kepala yang lebih besar dari ukuran normal. Secara keseluruhan, anak dengan kategori disabilitas intelektual berat memiliki kondisi fisik yang lemah karena mengalami gangguan fisik motorik yang berat.

4. Sangat Berat/*Profound* (Rentang IQ di bawah 25)

Anak dengan kondisi disabilitas intelektual sangat berat mengalami keterbatasan intelektual dengan kondisi yang paling berat dibandingkan kategori disabilitas intelektual lainnya. Pada kategori ini, anak mengalami kelainan fisik dan intelektual dalam bentuk ukuran kepala yang membesar seperti *hydrocephalus* dan *mongolism*. Anak dengan kondisi disabilitas intelektual sangat berat sangat membutuhkan pelayanan medis yang intensif karena ia tidak dapat melakukan kegiatan tanpa bantuan orang lain.

D. Disabilitas Rungu/Disabilitas Rungu Wicara

Orang yang memiliki gangguan pendengaran disebut sebagai disabilitas rungu. Secara umum disabilitas rungu sering

disebut dengan istilah tuli. Untuk menentukan jenis dan derajat disabilitas rungu maka dapat diperiksa dengan audiometri⁷. Selain pemeriksaan dengan menggunakan audiometri, kemampuan seseorang terhadap bunyi juga dapat dilakukan dengan pemeriksaan BERA (*Brainstem Evoke Response Audiometry*). Penggunaan BERA lebih ditujukan pada pada pasien yang tidak dapat diajak komunikasi dan atau anak kecil, khususnya usia 1-3 tahun⁸.



Gambar 3.3. Pemeriksaan BERA pada seorang anak laki-laki

Sumber: <http://awalbros.com/technology/uji-bera-pemeriksaan-pendengaran/>

Berdasarkan tingkat berat ringannya disabilitas rungu maka gangguan pendengaran yang dialami seseorang dapat dibagi menjadi lima yaitu:

1. Gangguan pendengaran sangat ringan (27-40 dB),
2. Gangguan pendengaran ringan (41-55 dB),
3. Gangguan pendengaran sedang (56-70 dB),
4. Gangguan pendengaran berat (71-90 dB),

5. Gangguan pendengaran ekstrem/tuli (di atas 91 dB).

Dalam beberapa kondisi lainnya, terdapat disabilitas rungu yang juga mengalami gangguan komunikasi secara lisan atau disabilitas wicara. Disabilitas rungu yang juga disabilitas wicara ini disebabkan karena ia tidak pernah mendengar suara sama sekali sehingga ia kesulitan untuk berbicara. Namun tidak semua disabilitas rungu adalah disabilitas wicara, selama disabilitas rungu masih mampu mendengar suara, meski dengan alat bantu, maka ia dapat dilatih untuk belajar berbicara⁹.

E. Rangkuman

1. Disabilitas netra adalah gangguan dan keterbatasan penglihatan seseorang. Disabilitas netra dapat dibagi menjadi dua yaitu disabilitas netra parsial dan disabilitas netra total.
2. Disabilitas daksa adalah gangguan atau keterbatasan pada fisik seseorang. Keterbatasan tersebut dapat terjadi pada kaki, tangan, daerah sekitar tulang belakang dan atau leher.
3. Disabilitas intelektual adalah gangguan atau keterbatasan pada kemampuan intelektual seseorang.
4. Disabilitas rungu adalah gangguan atau keterbatasan pada pendengaran seseorang. Pada beberapa situasi penyandang disabilitas rungu tidak mampu berbicara atau menjadi disabilitas rungu wicara, namun pada kasus yang lain meski mengalami gangguan pendengaran namun seseorang tersebut mampu berbicara atau disebut disabilitas rungu.

Daftar Pustaka

- Munir, F.. Klasifikasi tunanetra. 2012. Available from <https://www.kartunet.com/klasifikasi-disabilitas-netra-965/>
- PSIBK. Tunanetra atau buta?. 2018. Available from <https://www.usd.ac.id/pusat/psibk/category/artikel/disabilitas-netra/>
- Chazak. Types of disabilities: visual impairment. Available from <http://www.chazak.org.za/types-of-disabilities/types-of-disabilities-visual-impairment-2/>
- PSIBK. Faktor penyebab tunadaksa. 2018. Available from <https://www.usd.ac.id/pusat/psibk/category/artikel/disabilitas-daksa/>
- Chazak. Types of disabilities: mental impairment. Available from <http://www.chazak.org.za/types-of-disabilities/types-of-disabilities-mental-impairment/>
- PSIBK. Tunagrahita. 2018. Available from <https://www.usd.ac.id/pusat/psibk/category/artikel/disabilitas-intelektual/>
- PSIBK. Tuli, Tunarungu, atau tuli?. 2018 Available from <https://www.usd.ac.id/pusat/psibk/category/artikel/disabilitas-rungu/>
- RSAB. Uji bera, pemeriksaan pendengaran. Available from <http://awalbros.com/technology/uji-bera-pemeriksaan-pendengaran/>

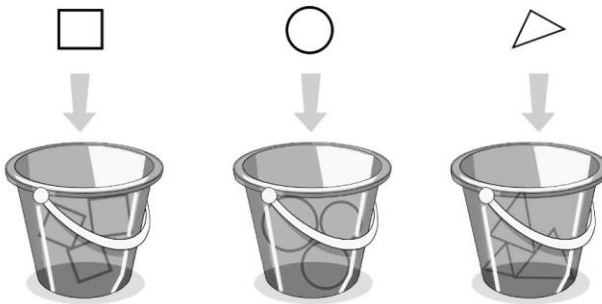
Liputan6. Anak tuna rungu belum tentu bisu. 2011. Available from
<https://www.liputan6.com/health/read/356166/anak-tuna-rungu-belum-tentu-bisu>

BAB IV

KLASIFIKASI DALAM OLAHRAGA DISABILITAS

A. Pengertian Klasifikasi

Klasifikasi berasal dari Bahasa Inggris dengan kata “*classification*”. Klasifikasi dapat diartikan sebagai sebuah proses aktivitas yang dilakukan untuk mengelompokkan sesuatu berdasarkan kemiripan karakteristik atau kualitas. Contoh sederhana tentang klasifikasi ditunjukkan oleh gambar di bawah ini.



Gambar 4.1. Contoh ilustrasi tentang pengertian klasifikasi

Sumber: <https://becominghuman.ai/making-a-simple-neural-network-classification-2449da88c77e?gi=b12f02997104>

Klasifikasi merupakan proses pengelompokkan sesuatu berdasarkan kemiripan karakteristik atau kualitas. Berdasarkan gambar di atas maka klasifikasi dilakukan dengan mengelompokkan barang sesuai dengan bentuknya. Benda yang kotak dikumpulkan dengan yang kotak pula, Lingkaran berada satu ember dengan lingkaran lainnya serta bentuk segitiga

berkumpul pada satu ember lainnya. Hal tersebut adalah bentuk nyata dari proses klasifikasi yang akhirnya menghasilkan kemiripan karakteristik dalam satu wadah yaitu bentuk benda yang sama dalam sebuah ember.

Dalam olahraga disabilitas, klasifikasi merupakan proses pengamatan, wawancara dan pengambilan keputusan terkait paralimpian untuk memutuskan dan mengelompokkan paralimpian sesuai dengan kelas olahraga yang sesuai dengan kedisabilitasiannya. Dengan adanya kesetaraan tingkat kedisabilitas dalam status kelas pertandingan/perlombaan maka terjadi keadilan lawan tanding sehingga perlombaan/pertandingan dapat berjalan dengan baik dan menarik.

B. Tujuan Klasifikasi

Dalam olahraga disabilitas, rentang kedisabilitas yang dimiliki paralimpian sangatlah beragam levelnya, mulai dari yang paling ringan, sedang hingga yang paling berat. Selain itu, beragam pula jenis kedisabilitasannya mulai dari disabilitas netra, disabilitas intelektual, disabilitas daksa dsb. Hal ini tentu menimbulkan tingkat kerumitan yang tinggi dalam olahraga disabilitas. Tujuan dari klasifikasi adalah "*fair and equal*" yang artinya bahwa klasifikasi bertujuan untuk memastikan bahwa pertandingan/perlombaan olahraga disabilitas berjalan dengan adil dan setara.

Dengan adanya klasifikasi, maka paralimpian dengan jenis dan tingkat kedisabilitas yang serupa dikelompokkan dalam kelas pertandingan/perlombaan yang sama. Hal ini membuat paralimpian tersebut memiliki lawan tanding yang

setara dilihat dari sudut pandang kedisabilitasnya. Contoh sederhana pertandingan dapat dikatakan adil bila disabilitas netra juga melawan disabilitas netra dan bukannya disabilitas netra melawan disabilitas intelektual, sedangkan pertandingan dapat disebut setara bila paralimpian yang lumpuh juga melawan paralimpian yang diamputasi dan bukannya melawan paralimpian yang memiliki dua kaki.

Melalui proses klasifikasi maka tiap paralimpian akan dikelompokkan sesuai dengan jenis dan tingkat kedisabilitasannya yang sepadan sehingga dalam setiap kelompok kelas pertandingan/perlombaan terdapat keadilan tingkat kondisi paralimpian sehingga pertandingan/perlombaan dapat berjalan dengan seimbang.

C. Gambaran Sederhana Klasifikasi

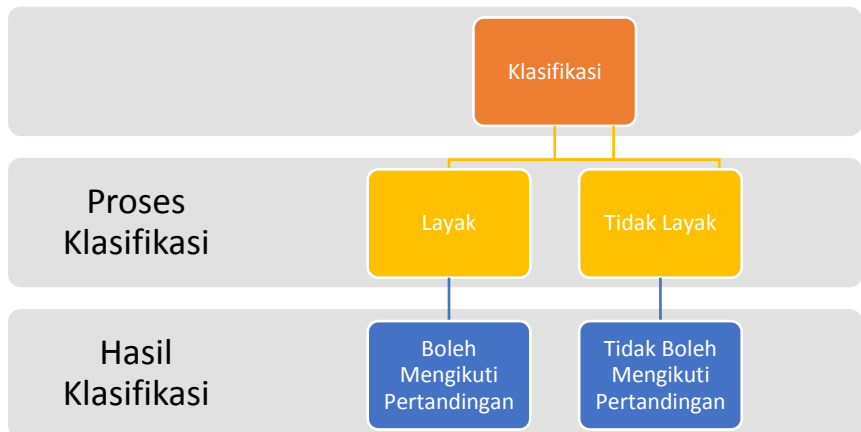
Proses klasifikasi dilakukan oleh petugas klasifikasi atau *classifier* kepada paralimpian disabilitas. Tidak semua orang dapat menjadi *classifier*, hanya orang tertentu yang memiliki pendidikan, sertifikat dan pengalaman di bidang klasifikasi olahraga disabilitas saja yang diperbolehkan untuk menjadi petugas klasifikasi. Terdapat beberapa tugas utama dari *classifier* yaitu:

1. Menentukan status paralimpian apakah boleh bertanding atau tidak pada suatu kejuaraan
2. Menentukan nomor kelas pertandingan/perlombaan yang sesuai dengan kedisabilitasannya paralimpian
3. Memberikan saran yang sesuai dengan kebutuhan paralimpian terkait klasifikasi dalam olahraga disabilitas (bila diperlukan)

Dalam proses klasifikasi pada paralimpian maka *classifier* selalu melakukan pengamatan, wawancara dan mengecek data kesehatan paralimpian untuk menemukan jawaban atas tiga pertanyaan wajib yang menjadi tugas dari *classifier* yaitu:

1. Apakah paralimpian memenuhi syarat kelayakan kedisabilitasannya untuk cabang olahraga?
2. Apakah kelayakan kedisabilitasannya yang dimiliki paralimpian memenuhi kriteria minimal kedisabilitasannya pada cabang olahraga?
3. Kelas olahraga/nomor pertandingan mana yang paling tepat menggambarkan batasan kemampuan aktivitas paralimpian tersebut?

Gambaran sederhana tentang klasifikasi ditunjukkan pada gambar di bawah ini.



Gambar 4.2. Gambaran sederhana tentang klasifikasi

Berdasarkan gambar 4.2 maka secara sederhana dapat disimpulkan bahwa klasifikasi merupakan proses untuk menentukan apakah seorang paralimpian dianggap memiliki

tingkat kedisabilitas yang layak atau tidak layak sesuai dengan aturan cabang olahraga masing-masing.

Bila tingkat kedisabilitas paralimpian tersebut memenuhi kriteria kelayakan maka akhirnya paralimpian tersebut diijinkan untuk melanjutkan pada tahapan berikutnya yaitu mengikuti pertandingan/perlombaan. Namun bila tingkat kedisabilitas paralimpian tersebut dianggap tidak layak maka paralimpian tersebut tidak boleh mengikuti pertandingan/perlombaan pada cabang olahraga tersebut.

Bila hal ini terjadi maka paralimpian tersebut dapat dirujuk untuk mendaftarkan diri pada cabang olahraga lain yang lebih sesuai dapat memenuhi kriteria kedisabilitas untuk paralimpian tersebut atau pulang dan tidak mengikuti pertandingan/perlombaan.



Gambar 4.3. Proses pemeriksaan tubuh dalam klasifikasi cabang olahraga *shooting para sport*

Sumber: <https://www.paralympic.org/shooting/rules-and-regulations/classification>

Tiap cabang olahraga dalam olahraga disabilitas memiliki ketentuan yang berbeda satu sama lainnya. Hal ini juga berdampak pada aturan klasifikasi yang berlaku pada masing-masing cabang olahraga tersebut. Idealnya dalam satu cabang olahraga terdapat *classifier* yang khusus menangani aturan klasifikasi yang berlaku dalam cabang olahraga tersebut. Hal ini disebabkan karena aturan klasifikasi yang jauh sangat berbeda antar satu dengan cabang olahraga lainnya.

D. Kelayakan Kedisabilitasan untuk Bertanding/Berlomba (*Eligible Impairment*) di Level Internasional

Paralimpian diizinkan untuk mengikuti pertandingan/perlombaan olahraga disabilitas bila oleh *classifier* diputuskan memenuhi kriteria kelayakan kedisabilitasan (*eligible impairment*) yang ditentukan. Tiap cabang olahraga memiliki kriteria kedisabilitasan yang berbeda satu sama lain, namun bila memenuhi salah satu atau lebih dari kriteria kedisabilitasan berikut maka paralimpian tersebut dinyatakan boleh untuk bertanding/berlomba sesuai dengan cabang olahraga masing-masing, antara lain¹:

1. *Visual Impairment*

Merupakan gangguan penglihatan yang dialami seseorang baik secara parsial atau total.

2. *Intellectual Impairment*

Adalah gangguan fungsi intelektual dan perilaku adaptif yang memengaruhi keterampilan untuk kehidupan sehari-hari. *Intellectual impairment* dapat dikatakan layak bila keadaan ini terjadi sebelum usia 18 tahun.

3. Impaired Muscle Power

Impaired muscle power (IMP) merupakan kondisi dimana terjadi penurunan atau kehilangan kemampuan kontraksi otot secara sadar sehingga tidak mampu bergerak atau menghasilkan kekuatan. Hal ini dapat terjadi karena cedera pada tulang belakang, distropi otot, sindrom post polio dan spina bifida.

4. Impaired Passive Range of Motion (PROM)

Merupakan kondisi dimana terjadi gangguan atau keterbatasan kemampuan ruang gerak sendi. Hal ini dapat terjadi karena artrogriposis, kontraktur akibat persendian kronis serta imobilisasi atau trauma yang mempengaruhi sendi.

5. Limb Deficiency

Adalah sebuah kondisi dimana tidak adanya sebagian atau total tulang atau sendi sebagai dampak dari amputasi, penyakit atau dysmelia.



Gambar 4.4. Paralimpian para paralimpianik dengan kondisi *limb deficiency*

Sumber: <https://www.parasapo.tokyo/en/news/21/>

6. *Leg Length Difference*

Leg length difference (LLD) merupakan kondisi dimana terdapat perbedaan panjang kaki kanan dan kiri seseorang dengan selisih minimal 7 cm atau lebih. Hal ini diakibatkan karena gangguan hormon pertumbuhan dan atau karena amputasi.



Gambar 4.5. Kondisi kaki yang berbeda panjang (*Leg length difference*)

Sumber : <https://www.reachyourheight.com/about-limb-length-discrepancy/#>

7. *Short Stature* (SS)

Secara sederhana dapat disebut orang cebol. Kondisi ini merupakan pengurangan panjang tulang pada kaki, tangan dan batang tubuh. Hal ini terjadi karena achondroplasia, disfungsi hormon pertumbuhan, dan osteogenesis imperfecta. Seseorang paralimpian disabilitas dianggap masuk kriteria ini bila telah dewasa namun memiliki tinggi maksimal 145 cm untuk laki-laki dan 140 cm untuk perempuan.



Gambar 4.6. Paralimpian Olahraga Disabilitas Kroasia Matika Sloup yang masuk dalam kategori short stature

Sumber: <https://www.paralympic.org/news/matija-sloup-raises-expectations-after-dream-year>

8. *Hypertonia*

Adalah sebuah kondisi bagian tubuh dimana terjadi peningkatan ketegangan pada otot secara tidak normal serta terjadi penurunan kemampuan otot untuk meregang yang disebabkan karena adanya gangguan sistem saraf pusat. Kondisi

Hypertonia ini dapat terjadi akibat *cerebral palsy*, cedera otak traumatis, dan *stroke*.

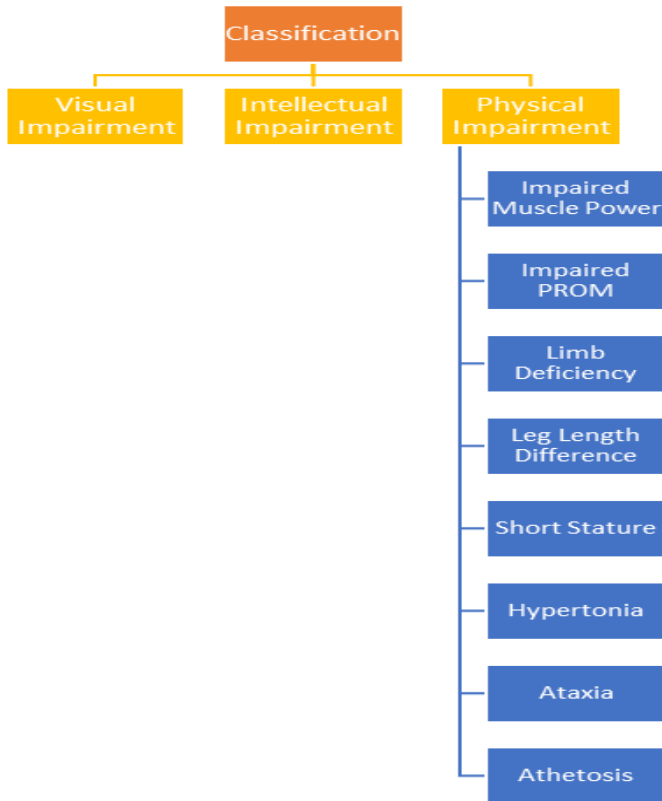
9. *Ataxia*

Ataxia adalah sebuah kondisi seseorang dimana gerakan tubuhnya tidak terkoordinasi dengan baik yang disebabkan karena kerusakan pada sistem saraf pusat. Kondisi *ataxia* dapat terjadi karena *cerebral palsy*, cedera otak traumatis, *stroke* dan *multiple sclerosis*.

10. *Athetosis*

Yaitu ketidakseimbangan, gerakan bawah sadar dan kesulitan untuk menjaga postur secara simetris yang terjadi pada seseorang. *Athetosis* dapat terjadi karena *cerebral palsy*, cedera otak traumatis dan *stroke*.

Dari 10 jenis kelayakan kedisabilitasannya tersebut, bila disederhanakan dapat dibagi menjadi tiga yaitu: *visual impairment*, *intellectual impairment* dan *physical impairment* seperti ditunjukkan tabel 4.1.



Tabel 4.1. Pembagian kelayakan (eligible) kedisabilitas yang dapat mengikuti perlombaan olahraga disabilitas

Berdasarkan tabel 4.1. maka secara umum *eligible impairment* dapat dibagi menjadi tiga yaitu:

1. *Visual Impairment* (VI)

Kedisabilitas yang berhubungan dengan mata

2. *Intellectual Impairment* (II)

Kedisabilitas yang berhubungan dengan kemampuan intelektual seseorang

3. *Physical Impairment* (PI)

Kedisabilitas yang berkaitan dengan kondisi fisik seseorang. *Impaired muscle power, impaired passive range of motion, limb*

deficiency, leg length difference, short stature, hypertonia, ataxia dan *athetosis* termasuk dalam jenis kedisabilitas fisik atau physical impairment.

E. Kondisi Tidak Layak untuk Mengikuti Pertandingan/Perlombaan (*Non Eligible*) Di Level Internasional

Meskipun terjadi gangguan pada anggota tubuh, namun tidak semua kondisi gangguan pada tubuh dapat dikatakan sesuai dan dapat mengikuti kejuaraan olahraga disabilitas. Berikut adalah kondisi sakit atau gangguan yang dianggap tidak layak (*Non Eligible*) untuk mengikuti pertandingan/perlombaan olahraga disabilitas:

1. Rasa sakit
2. Gangguan pendengaran
3. Otot yang lemah atau kurang terlatih
4. Gerak sendi yang berlebihan
5. Ketidakstabilan sendi, seperti sendi bahu yang tidak stabil dan dislokasi berulang pada sendi
6. Gangguan daya tahan otot
7. Gangguan fungsi refleks motorik
8. Gangguan fungsi kardiovaskular
9. Gangguan fungsi pernapasan
10. Gangguan fungsi metabolisme

F. Hasil Evaluasi Status Klasifikasi Paralimpian

Setelah proses klasifikasi tuntas dilakukan oleh classifier maka diputuskan hasil evaluasi terkait status paralimpian dalam

kejuaraan olahraga disabilitas tersebut. Terdapat dua jenis status dalam klasifikasi olahraga yaitu²:

1. *Eligible* (E)

Eligible atau layak merupakan status yang diberikan *classifier* kepada paralimpian olahraga disabilitas yang dianggap memenuhi kriteria minimal untuk mengikuti perlombaan olahraga disabilitas. Paralimpian diijinkan untuk mengikuti nomor pertandingan/perlombaan yang sesuai dengan hasil klasifikasi.

2. *Non Eligible* (NE)

Non Eligible (NE) merupakan status yang diberikan kepada calon paralimpian olahraga disabilitas yang dianggap tidak memenuhi kriteria minimal untuk mengikuti sebuah pertandingan/perlombaan olahraga disabilitas. Paralimpian tersebut tidak diijinkan untuk mengikuti pertandingan/perlombaan. Bila terjadi kondisi seperti ini maka paralimpian ini disarankan untuk mencari cabang olahraga yang lebih sesuai dan dapat menerima jenis kedisabilitasannya paralimpian tersebut.

G. Klasifikasi Disabilitas Rungu/Disabilitas Rungu Wicara di Indonesia

Bila pada sub bab A-F membahas tentang klasifikasi olahraga disabilitas yang berlaku secara internasional, maka pada sub bab G ini akan dibahas secara khusus tambahan klasifikasi disabilitas rungu/rungu wicara yang berlaku secara khusus di Indonesia dan tidak berlaku di level internasional.

Khusus dalam tataran kejuaraan di Indonesia maka terdapat tambahan klasifikasi yaitu disabilitas rungu/disabilitas

rungu wicara. Paralimpian rungu/rungu wicara dapat bertanding dalam kejuaraan olahraga disabilitas nasional, namun tidak diakomodir dalam level internasional, jadi terbatas dalam tataran di negara Indonesia³. Sebagai contoh, insan disabilitas rungu/disabilitas rungu wicara dapat mengikuti cabang olahraga atletik, bulutangkis, catur, renang dan tenis meja dalam Pekan Paralimpik Nasional XV di Jawa Barat pada tahun 2016.

H. Rangkuman

1. Klasifikasi bertujuan membuat olahraga disabilitas berjalan dengan "*fair and equal*".
2. Klasifikasi merupakan proses pengamatan, wawancara dan pengambilan keputusan terkait paralimpian untuk memutuskan dan mengelompokkan paralimpian sesuai dengan kelas olahraga yang sesuai dengan kedisabilitasnya.
3. Secara umum *eligible impairment* dapat dibagi menjadi tiga yaitu:

Visual Impairment (VI), *Intellectual Impairment* (II) dan *Physical Impairment* (PI).

4. Kondisi yang dianggap tidak layak (*Non Eligible*) untuk mengikuti pertandingan atau perlombaan adalah rasa sakit, gangguan pendengaran, otot yang lemah atau kurang terlatih, gerak sendi yang berlebihan, ketidakstabilan sendi, gangguan daya tahan otot, fungsi refleks motorik, fungsi kardiovaskular, fungsi pernapasan dan fungsi metabolisme.
5. Terdapat dua jenis status dalam klasifikasi olahraga yaitu: *Eligible* (E) dan *Non Eligible* (NE).
6. Disabilitas rungu/rungu wicara dapat mengikuti kejuaraan olahraga disabilitas di Indonesia, namun jenis disabilitas

tersebut belum diakomodir dalam kejuaraan level internasional.

7. Aturan klasifikasi dalam olahraga disabilitas bersifat dinamis dan dapat berubah sewaktu-waktu sesuai dengan perkembangan terbaru yang ditentukan oleh Federasi Internasional Olahraga Disabilitas, salah satunya dibawah *International Paralympic Committee (IPC)*.

Daftar Pustaka

- IPC. International standard for eligible impairments. 2016. Bonn:Germany. International Paralympic Committee (IPC)
- IPC. Athlete classification code. 2015. Bonn: Germany. International Paralympic Committee (IPC)
- Handriansyah, H. Cabor bulutangkis npc bandung dibanjiri atlet tuna rungu wicara. 2017. Available from <https://www.pikiran-rakyat.com/olah-raga/2017/03/09/cabor-bulutangkis-npc-bandung-dibanjiri-atlet-tuna-rungu-wicara-395775>

BAB V

CABANG OLAHRAGA DALAM OLAHRAGA DISABILITAS

A. Panahan/*Para Archery*

Panahan atau *para archery* merupakan salah satu cabang olahraga disabilitas yang legendaris. Sebagai olahraga yang menguji ketepatan, kekuatan dan konsentrasi, panahan telah diperlombakan sejak tahun 1960 di Paralimpiade Roma, Italia. Cabang olahraga panahan hanya diperuntukkan bagi paralimpian dengan keterbatasan fisik atau *physical impairment* saja.

Dalam panahan terdapat dua kelas¹ yaitu:

1. Terbuka/*Open*

Kelas ini terbuka luas untuk para paralimpian yang memiliki masalah pada kaki, menggunakan kursi roda, memiliki masalah keseimbangan tubuh, mampu berdiri dan paralimpian yang menggunakan bantuan bangku untuk memanah. Terdapat nomor perlombaan *compound* dan *recurve* untuk kelas perlombaan ini.

2. Kursi Roda/*Wheelchair* (W1)

Kelas ini dikhususkan bagi paralimpian yang memiliki gangguan pada kaki dan menggunakan kursi roda dalam rutinitas hariannya. Terdapat nomor perlombaan *compound* dan *recurve* untuk kelas kursi roda ini.



Gambar 5.1. Paralimpian Archery Amerika Serikat yang sedang membidik dengan busurnya dengan bantuan mulut

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=kwsyeC45IHI>

B. Atletik/Para Athletics

Sebagai “*mother of sport*” maka cabang olahraga atletik memiliki banyak nomor perlombaan. Atletik telah diperlombakan pada paralimpiade sejak tahun 1960. Cabang olahraga ini dapat diikuti oleh paralimpian yang memiliki gangguan dengan visual, intelektual dan fisik. Dalam cabang olahraga ini dapat disaksikan paralimpian yang berlomba dengan menggunakan kursi roda, alat bantu berlari prostesis serta berlari dengan pendamping bagi paralimpian disabilitas netra. Terdapat banyak sekali nomor perlombaan dalam para atletik ini, namun secara umum dapat dibagi menjadi tiga² yaitu:

1. Nomor *Track and Jump* (T)

a. *Running and Jumping*

Pada nomor ini terdapat 20 kelas perlombaan yang diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki gangguan visual, intelektual dan fisik.

b. *Wheelchair Racing*

Pada nomor ini terdapat 7 kelas perlombaan bagi paralimpian yang memiliki gangguan fisik.



Gambar 5.2. Paralimpian *para athletics* pada nomor perlombaan *wheelchair racing*

Sumber: <https://lakemactoday.com.au/2018/02/08/para-athletes-going-gold/>

2. Nomor Lempar/*Throw* (F)

a. *Standing Throw*

Pada nomor ini terdapat 19 kelas perlombaan yang diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki gangguan visual, intelektual dan fisik, namun mampu berlomba dengan berdiri.

b. Seated Throw

Pada nomor ini terdapat 11 kelas perlombaan bagi paralimpian yang memiliki gangguan secara fisik yang melakukan lemparan dengan duduk di atas kursi.

C. Bulutangkis/Para Badminton

Para badminton akan melakukan debut di level paralimpiade pada Paralimpiade Tokyo, Jepang tahun 2020. Kompetisi para badminton telah dilaksanakan di dunia sejak tahun 1990-an. Pertandingan para badminton dapat diikuti paralimpian dengan keterbatasan fisik atau *physical impairment*. Dalam para badminton terdapat enam kelas³ yaitu:

1. Wheelchair 1 (WH 1)

Diperuntukkan bagi paralimpian yang menggunakan kursi roda. Pemain badminton pada kelas ini biasanya memiliki gangguan pada tungkai bawah dan fungsi punggung. Kelas ini merupakan kelas bagi paralimpian dengan kedisabilitasan maksimal pada fungsi tubuh bagian bawah.



2. Wheelchair 2 (WH2)

Kelas ini untuk paralimpian yang menggunakan kursi roda juga. WH 2 merupakan kelas dengan tingkat kedisabilitasan yang lebih rendah levelnya dibandingkan WH 1. Yaitu memiliki gangguan pada salah satu atau kedua tungkai bawah, dengan sedikit atau tidak gangguan pada fungsi punggung.

3. *Standing Lower 3 (SL 3)*

Pada kelas SL 3 paralimpian bermain dengan menggunakan kedua kakinya. Kelas ini diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki penurunan fungsi pada satu atau kedua tungkai bawah, namun masih mampu berjalan/berlari meski dengan keseimbangan yang terbatas.



4. *Standing Lower 4 (SL 4)*

Kelas SL 4 diperuntukkan bagi paralimpian dengan tingkat kedisabilitas yang lebih rendah dibanding SL 3. Paralimpian pada kelas ini mengalami permasalahan pada salah satu atau kedua tungkai bawah, namun memiliki kemampuan berjalan/berlari yang lebih baik dibanding pada kelas SL 3.

5. *Standing Upper 5 (SL 5)*

Kelas SL 5 diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki masalah dengan penurunan fungsi anggota tubuh bagian atas.



Gambar 5.5. Pemain para badminton Indonesia Suryo Nugroho yang bermain pada SL 5

Sumber: <https://www.gettyimages.ca/detail/news-photo/suryo-nugroho-during-the-standing-upper-5-mens-single-news-photo/1067398816>

6. Short Stature (SS 6)

Pemain dengan kondisi cebol dan memiliki masalah dengan tinggi badan bertanding pada kelas pertandingan ini.

D. Boccia

Boccia diperkenalkan sebagai olahraga kompetitif pertama kali pada Paralimpiade New York Tahun 1984. *Boccia* merupakan permainan strategi dan akurasi untuk paralimpian yang memiliki gangguan pada keterampilan motorik. Olahraga ini dimainkan pada permukaan yang rata dan halus, di mana pemain harus melempar atau melempar bola berwarna sedekat mungkin ke bola target putih atau "*jack*". Pemain, pasangan atau tim dengan bola terbanyak di dekat *jack* adalah yang jadi pemenang.

Pertandingan individu dan pasangan terdiri dari empat babak, sedangkan pertandingan tim memiliki enam babak. Setelah setiap akhir babak maka paralimpian, pasangan atau tim dengan bola yang paling dekat dengan *jack* menerima satu poin, serta poin tambahan untuk setiap bola yang lebih dekat ke *jack* dibanding lawan. Dalam setiap babak memiliki kesempatan melempar enam bola.

Terdapat empat kelas pertandingan dalam *boccia*⁴ yaitu:

1. BC1

Paralimpian di kelas pertandingan BC1 memiliki keterbatasan aktivitas parah yang mempengaruhi kaki, lengan, dan tubuh karena gangguan koordinasi. Paralimpian pada kelas ini dapat menangkap, melempar bola dengan tidak menggunakan alat bantu serta diijinkan mendorong bola dengan menggunakan kaki.

2. BC2

Paralimpian yang bertanding pada kelas BC2 memiliki kontrol punggung dan fungsi lengan yang lebih baik dibanding para pemain pada kelas BC1 dan BC3. Pada kelas ini paralimpian mampu untuk melempar bola secara *overhand* dan *underhand* serta dengan berbagai variasi genggamannya.



Gambar 5.6. Seorang paralimpian yang sedang melempar dalam pertandingan Boccia

Sumber: <https://www.paralympic.org/boccia>

3. BC3

Pada kelas pertandingan BC3, paralimpian memiliki fungsi yang sangat terbatas di lengan dan kaki. Untuk membantu paralimpian mendorong bola ke lapangan, maka digunakan jalan dan alat bantu lainnya untuk menggulirkan bola.

4. BC4

Bila pada kelas pertandingan BC1, BC2 dan BC3 merupakan kelas untuk paralimpian dengan *hypertonia*, *athetosis* atau *ataxia*, maka pada kelas BC 4 merupakan kelas untuk paralimpian yang tidak memiliki gangguan yang berkaitan dengan otak. Kondisi yang masuk pada kelas ini yaitu distrofi otot, cedera sumsum tulang belakang atau amputasi yang mempengaruhi anggota badan.

Paralimpian melempar bola biasanya dengan ayunan pendulum, terkadang menggunakan kedua tangan atau lengan. Paralimpian dapat menggunakan sarung tangan untuk mempertahankan cengkeraman bola.

E. Canoe

Olahraga *canoe* pertama kali diperlombakan di level Paralimpiade yaitu saat di Paralimpiade Rio de Janeiro, Brazil pada tahun 2016. *Canoe* pada olahraga disabilitas memiliki karakteristik yang sama persis dengan *canoe* pada olahraga nondisabilitas. Dalam olahraga *canoe* para paralimpian akan berlomba satu sama lain untuk mencapai garis 200 meter secepat mungkin. Terdapat dua jenis perahu dalam cabang *canoe* yaitu kayak dan va⁵. Kayak merupakan perahu yang didorong oleh dayung ganda, sedangkan *canoe* cadik atau va menggunakan dayung tunggal.



Gambar 5.7. Perlombaan canoe individual wanita

Sumber: <https://www.teamusa.org/US-Paralympics/athlete-classifications/paracanoe/>

Olahraga *canoe* dapat diikuti oleh paralimpian yang mengalami *physical impairment*, khususnya pada kategori *impaired muscle power*, *impaired passive range of movement* dan *limb deficiency*. Terdapat tiga jenis kelas dalam olahraga *canoe*⁶ yaitu:

1. KL1

Paralimpian masuk dalam kelas ini kakinya tidak mampu berfungsi dengan baik serta tidak adanya atau sedikit kemampuan kerja punggung.

2. KL2

Pada kelas ini paralimpian memiliki kaki dan punggung yang mampu berfungsi secara terbatas dan mampu duduk tegak di atas kayak.

3. KL3

Paralimpian pada kelas ini memiliki fungsi sebagian pada kaki dan punggung dan mampu duduk dengan punggung menekuk ke depan di dalam kayak serta menggunakan setidaknya salah satu alat bantu kaki/ prostesis.

F. Bersepeda/*Cycling*

Bersepeda atau *Cycling* merupakan cabang olahraga yang paling banyak memperebutkan medali, setelah *para athletic* dan renang. Bersepeda diperlombakan pertama kali pada Parapiade New York, Amerika Serikat pada tahun 1984. Terdapat banyak sekali nomor perlombaan bersepeda dalam Paralimpiade meliputi *sprint*, pengejaran individu, uji coba waktu

1.000 m, balap jalan, dan uji waktu jalan baik untuk individu dan tim.

Cabang olahraga ini dapat diikuti paralimpian yang mengalami *visual impairment* dan gangguan fisik meliputi *impaired muscle power, athetosis, impaired passive range of movement, hypertonia, limb deficiency, ataxia* dan *leg length difference*. Paralimpian dengan *visual impairment* berlomba tandem dengan bantuan orang lain sebagai navigator, sedangkan paralimpian dengan *physical impairment* berlomba dengan menggunakan sepeda tangan, sepeda roda dua atau roda tiga.



Gambar 5.8. Perlombaan bersepeda pada kategori *handycycling*

Sumber: www.shikshabhartinetwork.com

Terdapat 15 kelas dalam cabang bersepeda yang terbagi dalam beberapa kategori⁷ antara lain:

1. Bersepeda dengan tangan/*Handycycling* (H)

Terdapat lima kelas pada *handycycling*, yaitu H1-H5. Paralimpian yang berlomba pada kelas H1-H4 menggunakan

posisi standar. Sedangkan pada kelas H5, paralimpian berlomba dengan posisi duduk berlutut. Paralimpian pada kelas H5 ini umumnya mengalami amputasi kaki, paraplegia, atau athetosis ringan atau sedang.

2. Sepeda Roda Tiga/*Tricycling* (T)

Kelas roda tiga diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki gangguan dengan keseimbangan dan koordinasi gerak. Dalam *tricycling* terdapat dua nomor yaitu T1 dan T2 dimana pada kelas T1 paralimpian mengalami masalah koordinasi dan keseimbangan yang lebih signifikan dibanding pada kelas T2.

3. Sepeda Roda Dua/*Bicycle* (C)

Terdapat lima kelas dalam kategori *bicycle*. Dalam kelas *bicycle* paralimpian yang berlomba memiliki masalah dengan amputasi, gangguan kekuatan otot atau rentang gerak dan juga gangguan yang mempengaruhi koordinasi, seperti *ataxia* dan *athetosis*. Kelas

C1 diperuntukkan bagi paralimpian dengan batasan aktivitas paling parah, sedangkan kelas C5 untuk paralimpian yang memenuhi gangguan minimal.

4. Tandem (TB)

Dalam kategori tandem paralimpian bersepeda didampingi oleh pasangan nondisabilitas netra yang bertugas untuk membantu navigasi selama berlomba. Terdapat tiga kelas perlombaan pada kategori tandem yaitu B1, B2 dan B3.



Gambar 5.9. Kategori tandem pada cabang olahraga *cycling*

Sumber: <https://www.paralympic.org/news/tandem-targets-para-cycling-promotion>

Pada kelas B1 paralimpian ini memiliki kemampuan penglihatan yang sangat rendah dan atau tidak memiliki persepsi cahaya. Pada kelas B2, paralimpian memiliki kemampuan penglihatan yang lebih tinggi daripada paralimpian yang bersaing di kelas B1 dengan kemampuan melihat bidang visual dengan radius kurang dari 5 derajat. Sedangkan pada kelas B3, paralimpian memiliki gangguan penglihatan paling rendah dibanding dua kelas lainnya yaitu memiliki kemampuan penglihatan tertinggi dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 20 derajat.

G. Berkuda/Equastrian

Equastrian menjadi bagian dari Paralimpiade untuk pertama kalinya pada tahun 1996 di Atlanta, Amerika Serikat.

Cabang olahraga ini dapat diikuti oleh paralimpian dengan seluruh jenis gangguan fisik atau visual.



Gambar 5.10. Aksi paralimpian equestrian Denmark setelah memenangkan perlombaan

Sumber: <https://www.paralympic.org/equestrian/classification>

Paralimpian penunggang kuda dinilai berdasarkan kemampuan keterampilan menunggang kuda. Dalam aktivitasnya paralimpian diizinkan untuk menggunakan perangkat seperti tali kendali, karet gelang dan alat bantu lainnya. *Equestrian* terbagi dalam empat kelas perlombaan atau *grade*. Dimana untuk paralimpian dengan *physical impairment* ada pada kelas I dan II, sedangkan paralimpian dengan visual impairment ada pada kelas III dan IV. Angka paling kecil menunjukkan tingkat gangguan

yang lebih signifikan dibanding kelas dengan angka yang lebih besar⁸.

Detail tentang kelas perlombaan disajikan berikut ini:

1. *Physical Impairment*

a) *Grade Ia*

Paralimpian pada *grade Ia* memiliki masalah serius pada kaki dan punggung. Umumnya paralimpian tersebut menggunakan kursi roda dalam kehidupan sehari-hari.

b) *Grade Ib*

Pada kelas ini paralimpian memiliki masalah pada punggung dan memiliki masalah minimal pada tungkai atas, atau gangguan tingkat sedang pada punggung dan kaki bagian atas maupun bawah. Umumnya paralimpian pada kategori ini juga menggunakan kursi roda dalam kehidupan sehari-hari.

c) *Grade II*

Paralimpian pada kelas ini mengalami gangguan minimal atau sedang pada kedua kaki dan punggung. Beberapa paralimpian ada yang tidak menggunakan kursi roda dalam kehidupan sehari-hari.

2. *Physical atau Visual Impairment*

a) *Grade III*

Pada kelas ini paralimpian dapat berjalan dan umumnya tidak menggunakan kursi roda, namun memiliki masalah dengan *limb deficiency* atau postur tubuh yang cebol. Selain itu, paralimpian disabilitas netra dengan kategori B1 dengan daya

lihat sangat rendah atau tidak ada cahaya sama sekali dapat masuk dalam kelas ini.

b) *Grade IV*

Paralimpian pada kelas ini memiliki gangguan ringan yang berkaitan dengan *range of movement*, *impaired muscle power* dan *limb deficiency*. Paralimpian disabilitas netra dengan kategori B2 dengan persepsi cahaya kurang dari 5 derajat dapat masuk dalam kelas ini.

H. Sepakbola/*Football 5-a-side*

Sepakbola atau *football 5-a-side* dapat disebut juga sebagai *blind football*. Olahraga ini merupakan adaptasi dari sepakbola nondisabilitas yang telah disesuaikan untuk paralimpian dengan gangguan penglihatan. *Football 5-a-side* ditampilkan di Paralimpiade untuk pertama kalinya di Athena, Yunani pada tahun 2004. *Football 5-a-side* merupakan pertandingan sepakbola 5 lawan 5, terdiri dari empat pemain dan satu penjaga gawang⁹. Untuk dapat bermain dalam cabang olahraga ini, pemain lapangan harus diklasifikasikan sebagai benar-benar disabilitas netra, kemampuan penglihatan yang sangat rendah serta tidak memiliki persepsi cahaya (kategori B1). Sedangkan untuk kiper harus memiliki kemampuan visual yang lebih baik dibanding kategori B1 (kategori B2 atau B3)¹⁰.



Gambar 5.11. Pemain mengenakan penutup mata dalam pertandingan Football 5-a-side

Sumber: <https://www.telegraph.co.uk/sport/olympics/paralympic-sport/9512565/Paralympics-2012-Super-strike-from-veteran-David-Clarke-ensures-GB-share-points-with-Spain.html>

Untuk memastikan kompetisi yang adil, semua pemain lapangan harus mengenakan penutup mata. Bola yang digunakan dalam pertandingan ini memiliki karakteristik dapat mengeluarkan suara karena sistem suara yang terletak di dalam bola dapat membantu pemain memprediksi letak dan arah bola. Untuk itu, penting bagi penonton untuk tetap diam saat menonton pertandingan selama 2x25 menit agar pemain dapat fokus pada suara bola.

I. Goalball

Olahraga *goalball* pertama kali dimainkan di Paralimpiade Toronto, Kanada pada tahun 1976. *Goalball* merupakan olahraga yang dimainkan oleh 3 lawan 3 orang. Awalnya olahraga ini

dilakukan untuk membantu proses rehabilitasi para veteran perang akibat perang dunia kedua¹¹. Paralimpian yang memiliki masalah dengan penglihatan dapat bermain dalam olahraga *goalball*. Cara bermain dalam *goalball* yaitu dengan cara melempar bola ke arah gawang lawan untuk memperoleh skor bila bola tersebut dapat masuk, serta mencegah gawang sendiri untuk kemasukan bola dari serangan lawan.



Gambar 5.12. Situasi pertandingan goal ball

Sumber: <https://www.paralympic.org/news/sport-week-history-goalball>

Terdapat tiga kelas dalam *goalball*¹² yaitu:

1. B1

Para paralimpian ini memiliki kemampuan penglihatan yang sangat rendah dan atau tidak memiliki persepsi cahaya sama sekali.

2. B2

Paralimpian dengan kelas B2 memiliki kemampuan penglihatan yang lebih tinggi daripada paralimpian yang bersaing

di kelas B1 dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 5 derajat.

3. B3

Paralimpian dengan kelas B3 (atau yang setara) memiliki gangguan penglihatan paling rendah. Mereka memiliki kemampuan penglihatan tertinggi dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 20 derajat.

Untuk memastikan kompetisi yang adil antara tim, semua pemain harus mengenakan penutup mata selama pertandingan.

J. Judo

Olahraga Judo pertama kali dipertandingan pada Paralimpiade di Seoul, Korea Selatan pada 1988. Aturan pertandingan judo mengikuti aturan yang sama dengan judo nondisabilitas pada umumnya, hanya perbedaannya yaitu judoki selalu memegang satu sama lain selama pertandingan. Judo dapat diikuti oleh paralimpian yang memiliki gangguan penglihatan B1 hingga B3. Pertandingan ditentukan berdasarkan kelas berat badan judoki¹³.



Gambar 5.13. Posisi bantingan pada pertandingan judo

Sumber: <https://www.paralympic.org/news/sport-week-history-judo>

Aturan dalam permainan judo yaitu mendapatkan angka yang lebih banyak dari lawan melalui serangan, lemparan atau membuat lawan terpaksa untuk menyerah dalam durasi waktu lima menit untuk pria dan empat menit untuk wanita.

Terdapat tiga kategori gangguan visual dalam judo¹⁴ yaitu:

1. B1

Para paralimpian ini memiliki kemampuan penglihatan yang sangat rendah dan atau tidak memiliki persepsi cahaya sama sekali

2. B2

Paralimpian dengan kelas B2 memiliki kemampuan penglihatan yang lebih tinggi daripada paralimpian yang bersaing di kelas B1 dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 5 derajat.

3. B3

Paralimpian dengan kelas B3 (atau yang setara) memiliki gangguan penglihatan paling rendah. Mereka memiliki kemampuan penglihatan tertinggi dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 20 derajat.

K. Dansa/Para Dance Sport

Para dance sport atau olahraga dansa merupakan jenis olahraga yang elegan, anggun dan penuh gaya. Olahraga ini diperlombakan pertama kali dalam Paralimpiade Incheon, Korea Selatan pada tahun 2014.

Dalam olahraga dansa terdapat beberapa jenis tarian yang ditampilkan antara lain standar, Amerika Latin dan Tarian bebas. Waltz, tango, waltz Wina, foxtrot lambat dan langkah cepat termasuk dalam jenis tarian standar. Sedangkan tarian Amerika Latin meliputi samba, cha-cha-cha, rumba, paso doble dan jive. Untuk tarian bebas dapat mencakup tarian standar atau gaya apa pun untuk presentasi (rakyat, hip hop, latin, standar, balet, kontemporer, tari jalanan, salsa, tango Argentina, cumbia, tari perut, dll)¹⁵.

Dansa dapat diikuti paralimpian yang memiliki minimal salah satu gangguan fisik meliputi *impaired muscle power, athetosis, impaired passive range of movement, hypertonia, limb deficiency, ataxia* dan *leg length difference*.



Gambar 5.14. Gerakan dansa yang dilakukan Paralimpian Para Dance Sport dengan menggunakan kursi roda

Sumber: <https://www.paralympic.org/dance-sport/about>

Terdapat 10 kelas dalam *para dance sport* yang terbagi dalam kategori individu dan duo. Dalam kategori individu terdapat 6 kelas, sedangkan pada duo terdapat 4 kelas perlombaan¹⁶. Detail kelas disajikan berikut ini:

1. Kelas paralimpian individu

a) *Standard Combi 1 (SC1)*

Paralimpian yang berlomba dalam *standard combi 1* memiliki kontrol punggung yang rendah dimana tidak mampu untuk secara aktif meluruskan punggung mereka, dan atau tidak mampu untuk menjaga kerangka lengannya sejajar dengan pasangan selama gerakan menari. Paralimpian dengan cedera tulang belakang tingkat tinggi atau *spina bifida*, lumpuh otak lumpuh, *poliomyelitis* yang melibatkan batang dan atau lengan, atau cedera otak traumatis berada pada kelas perlombaan ini.

b) *Standard Combi 2 (SC2)*

Pada kelas *standard combi 2*, paralimpian memiliki keterbatasan pada tubuh bagian atas namun mereka mampu menjaga batang punggung tetap lurus, dan dapat menjaga rangka lengan tetap sejajar dengan pasangan selama gerakan menari. Paralimpian dengan cedera tulang belakang tingkat rendah atau *spina bifida*, amputasi kaki, cerebral palsy, atau *poliomyelitis* yang hanya melibatkan ekstremitas bawah dapat berlomba pada kelas ini.

c) *Standard Duo 1 (SD1)*

Paralimpian yang berlomba dalam kelas perlombaan *standard duo 1* mengalami gangguan pada punggung dan lengan mereka. Paralimpian-paralimpian ini mengalami kesulitan dalam menjaga stabilitas punggung selama gerakan dansa serta mungkin mengalami kesulitan dalam kontrol dalam menggunakan roda.

d) *Standard Duo (SD2)*

Dalam kelas *standard duo 2 (SD2)*, paralimpian memiliki fungsi penuh/ hampir penuh dari punggung dan kaki. Mereka mampu menjaga kestabilan punggung selama gerakan dansa.

e) *Latin (L&F1)*

Paralimpian yang berlomba di kelas 1 dari Latin kombi, dan atau duo Latin, dan atau tarian tunggal, dan atau tarian bebas memiliki gangguan pada punggung dan lengan. Pada kelas ini umumnya paralimpian tidak memiliki gerakan panggul dan memiliki kontrol tubuh yang buruk.

f) Latin (L&F2)

Paralimpian yang berlomba di kelas 2 Latin kombi, dan atau duo Latin, dan atau tarian tunggal, dan atau tarian bebas tidak memiliki atau memiliki sedikit gangguan pada punggung dan panggul mereka. Para paralimpian ini umumnya memiliki kontrol tubuh yang baik dan dapat memiliki berbagai tingkat gerakan panggul.

2. Kelas kompetisi duo

Dalam kompetisi Duo, kelas kompetisi tim ditentukan dengan menggabungkan skor kedua pasangan dari paralimpian. Jika skor pasangan kurang dari 50 mereka akan bersaing di kelas 1; jika skor gabungan mereka adalah 50 atau lebih, mereka akan bersaing di kelas 2.

a) *Standard Duo 1* (Duo ST1)

Pasangan yang bersaing dalam *standard duo* kelas 1 baik memiliki kelas SD1, atau skor gabungan kurang dari 50. Pasangan paralimpian pada kelas ini akan kemungkinan memiliki koreografi yang lebih sedikit, atau mengalami kesulitan dalam koreografi yang berkaitan dengan keseimbangan.

b) *Standard Duo 2* (Duo ST2)

Pasangan yang berlomba dalam *standard duo 2* merupakan paralimpian yang memiliki kelas SD2, atau skor gabungannya sama atau lebih dari 50 point.



Gambar 5.15. Pasangan kursi roda sedang melakukan gerakan dalam Standard Duo 2 (SD2)

Sumber: https://www.youtube.com/watch?v=FSS4Na_3CgE

c) Latin Duo 1 (Duo LA1)

Untuk pasangan yang berlomba dalam duo Latin 1 yaitu paralimpian pada kelas L & F1, atau skor gabungan kurang dari 50. Pasangan paralimpian pada kelas ini akan kemungkinan memiliki koreografi yang lebih sedikit, atau mengalami kesulitan dalam koreografi yang berkaitan dengan keseimbangan.

d) Latin Duo 2 (Duo LA2)

Untuk pasangan yang berlomba dalam duo Latin 2, paralimpian masuk dalam kelas L&F2, atau skor gabungannya sama atau lebih dari 50.

L. Para Powerlifting

Olahraga *para powerlifting* diperlombakan pertama kali pada Paralimpiade Barcelona, Spanyol pada tahun 1992. *Para Powerlifting* merupakan olahraga yang menggunakan kekuatan

tubuh bagian atas untuk mengangkat beban di atas *bench press*. Paralimpian diberikan kesempatan mengangkat beban tiga kali untuk meraih hasil terbaik. Pemenang dalam *para powerlifting* yaitu paralimpian yang mampu mengangkat beban dengan jumlah kilogram tertinggi¹⁷.



Gambar 5.16. Paralimpian powerlifting sedang melakukan angkatan dengan pengawasan petugas pertandingan

Sumber: <https://www.paralympic.org/powerlifting/classification>

Para Powerlifting dapat diikuti oleh paralimpian dengan gangguan *physical impairment* meliputi *impaired muscle power*, *athetosis*, *impaired passive range of movement*, *hypertonia*, *limb deficiency*, *ataxia* dan *leg length difference*. Pada olahraga ini paralimpian mengalami gangguan pada tungkai bawah atau pinggul. Misalnya amputasi tunggal atau ganda pada atau di atas pergelangan kaki atau kekakuan pada sendi lutut.

Dalam *para powerlifting* hanya terdapat satu kelas, yaitu *bench press* yang terbagi dalam 10 kategori berdasarkan berat badan. Paralimpian pria berkompetisi dalam kelas berat badan 49, 54, 59, 65, 72, 80, 88, 97, 107 dan +107 kg kilogram. Sedangkan paralimpian wanita bertanding dalam kelas 41, 45, 50, 55, 61, 67, 73, 79, 86, dan +86 kg kilogram¹⁸.

M. Dayung/Rowing

Dayung atau *rowing* pertama kali diperlombakan di Paralimpiade Beijing, China pada tahun 2008. Dalam olahraga dayung, paralimpian berlomba di atas perahu untuk mencapai garis finish sejauh 2.000 meter dengan secepat mungkin¹⁹. Paralimpian yang memiliki *visual impairment* dan *physical impairment* berupa *impaired muscle power*, *athetosis*, *impaired passive range of movement*, *hypertonia*, *limb deficiency* dan *ataxia* dapat mengikuti olahraga ini.



Gambar 5.17. Paralimpian rowing sedang berjuang secepat mungkin mencapai garis finish

Sumber: <https://www.paralympic.org/rowing/classification>

Terdapat empat kelas dalam rowing yang terdiri dari tiga kelas untuk gangguan fisik dan satu kelas untuk gangguan penglihatan²⁰, yaitu:

1. AS

Paralimpian di kelas AS terutama menggunakan lengan dan bahu mereka untuk mempercepat perahu. Paralimpian-paralimpian ini memiliki fungsi kaki dan punggung yang minimal atau tidak sama sekali yang dapat disebabkan oleh gangguan pada tulang belakang.

2. TA

Kelas TA untuk para paralimpian yang dapat menggunakan lengan dan punggung mereka saat mendayung, tetapi tidak dapat ayunan pada kursi ketika melakukan dayungan. Para kelas ini paralimpian umumnya memiliki fungsi punggung dan lengan yang baik. Biasanya paralimpian dengan amputasi ganda di lutut banyak terdapat pada kelas ini.

3. LTA-PD

Kelas LTA-PD ini diperuntukkan bagi paralimpian dengan gangguan fisik yang dapat menggunakan kaki, punggung, dan lengan mereka untuk mempercepat perahu dan dapat menggunakan ayunan kursi. Contoh paralimpian yang masuk pada kelas ini yaitu paralimpian yang kehilangan tiga jari di satu tangan atau mengalami amputasi kaki.

4. LTA-VI

Kelas ini diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki gangguan penglihatan mulai level B1-B3, dimana:

a. B1

Para paralimpian ini memiliki kemampuan penglihatan yang sangat rendah dan / atau tidak memiliki persepsi cahaya.

b. B2

Paralimpian dengan kelas B2 memiliki kemampuan penglihatan yang lebih tinggi daripada paralimpian yang bersaing di kelas B1 dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 5 derajat.

c. B3

Paralimpian dengan kelas B3 memiliki gangguan penglihatan paling ringan. Mereka memiliki kemampuan penglihatan tertinggi dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 20 derajat.

N. Menembak/*Shooting Para Sport*

Shooting para sport atau olahraga menembak telah tergabung dalam Paralimpiade sejak dilaksanakannya Paralimpiade Toronto, Kanada pada tahun 1976. Menembak merupakan olahraga yang menuntut akurasi dan kontrol yang tinggi untuk menghasilkan tembakan yang jitu. Dalam olahraga ini dibutuhkan ketrampilan menstabilkan tangan dan pikiran untuk mampu bersaing dalam perlombaan dalam jarak 10, 25 dan 50 meter²¹.



Gambar 5.18. Paralimpian shooting para sport sedang membidik di atas kursi roda

Sumber: <https://www.paralympic.org/abdullah-sultan-alaryani>

Dalam menembak terdapat tiga kategori perlombaan yang berbeda yaitu *pistol*, *rifle* dan *trap*²². Detail kelas untuk ketiga kategori tersebut disajikan berikut ini:

1. Pistol (SH1)

Kelas ini dirancang untuk paralimpian dengan gangguan tungkai atas dan atau bawah.

2. Senapan/*Rifle* (SH1)

Kelas ini dirancang untuk paralimpian dengan gangguan tungkai bawah.

3. Senapan/*Rifle* (SH2)

Kelas ini diperuntukkan bagi paralimpian dengan sedikit atau banyak gangguan pada tungkai atas serta dengan penurunan fungsi pada tungkai bawah.

4. Perangkap/Trap (SG-S)

Paralimpian dengan gangguan keseimbangan, menggunakan kursi roda serta gangguan pada tungkai bawah dapat ikut pada kelas ini.

5. Perangkap/Trap (SG-L)

Pada kelas ini, paralimpian memiliki keseimbangan dan fungsi punggung yang baik serta mampu menembak dari posisi berdiri. Paralimpian yang memiliki gangguan pada tungkai bawah dapat masuk pada kelas ini.

6. Perangkap/Trap (SG-U)

Pada kelas ini paralimpian mampu menembak dari posisi berdiri, memiliki keseimbangan dan fungsi punggung yang baik namun mengalami gangguan pada lengan yang tidak menembak.

7. Senapan/*Rifle* (SH-VI)

Kelas ini dirancang untuk paralimpian dengan gangguan penglihatan.

O. Bolavoli Duduk/*Sitting Volleyball*

Bolavoli duduk atau *sitting volleyball* pertama kali dipertandingkan dalam Paralimpiade Arnhem, Belanda pada tahun 1980. Bola voli duduk merupakan olahraga bola voli yang dimainkan 6 lawan 6 orang dengan aturan yang mirip dengan bola voli nondisabilitas, dimana permainan dilakukan dalam posisi duduk atau panggul bersentuhan dengan tanah sehingga diperlukan net yang lebih rendah. Permainan *sitting volleyball* memiliki ritme bola yang lebih cepat dibanding bolavoli

nondisabilitas, dengan aturan lima set dimana satu set terdiri dari 25 poin²³.



Gambar 5.19. Aksi serangan dalam pertandingan sitting volleyball

Sumber: <https://www.paralympic.org/sitting-volleyball>

Bolavoli duduk boleh diikuti oleh paralimpian dengan gangguan *physical impairment* berupa *impaired muscle power*, *athetosis*, *impaired passive range of movement*, *hypertonia*, *limb deficiency*, *ataxia* dan *leg length difference*. Dalam *sitting volleyball* terdapat dua kelas²⁴ yaitu:

1. *Minimally Disabled (MD)*

Kelas ini diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki *physical impairment* ringan.

2. *Disabled (D)*

Pada kelas ini untuk paralimpian dengan keterbatasan *physical impairment* yang lebih tinggi. Misalnya paralimpian yang mengalami amputasi pada pergelangan kaki cocok masuk pada

level MD, namun paralimpian yang mengalami amputasi pada lutut sesuai untuk masuk pada kelas D.

Untuk memastikan pertandingan berjalan dengan adil antara dua tim maka diatur bahwa dalam satu tim hanya boleh maksimal memiliki paralimpian dengan kelas MD, sedangkan lima paralimpian lainnya masuk dalam kategori D.

P. Renang/Para Swimming

Para swimming atau renang merupakan salah satu cabang olahraga tertua di Paralimpiade. Olahraga ini telah diperlombakan sejak Paralimpiade Roma, Italia pada tahun 1960. Sama seperti pada renang nondisabilitas, maka pada *para swimming* juga terdapat empat gaya perlombaan yaitu gaya dada, bebas, punggung dan kupu-kupu. Semua paralimpian dengan gangguan visual, *intellectual* dan *physical impairment* dapat berlomba pada cabang olahraga ini²⁵.



Gambar 5.20. Para paralimpian para swimming sedang melakukan persiapan start

Sumber: <https://tokyo2020.org/en/news/notice/20180129-01.html>

Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak memiliki nomor perlombaan selain *para athletic*. Nama-nama kelas dalam renang terdiri dari awalan S atau SB dan angka. Abjad menunjukkan jenis gaya dan angka menunjukkan kelas. Untuk kategori S digunakan untuk gaya bebas, punggung dan kupu-kupu. Sedangkan kategori SB untuk gaya dada²⁶.

Untuk pembagian kelas berdasarkan jenis *impairment* disajikan berikut ini:

1. Kelas untuk *Physical Impairment* - S1-S10/SB1 - SB9/SM1-SM

Terdapat sepuluh kelas yang berbeda untuk paralimpian yang mengalami gangguan fisik, yaitu kelas 1-10. Angka yang lebih rendah menunjukkan batasan aktivitas yang lebih parah daripada angka yang lebih tinggi.

2. Kelas *Visual Impairment* S/SB11-13

Paralimpian dengan gangguan penglihatan bersaing dalam tiga kelas dari S/SB11 hingga S / SB13 dengan penjelasan berikut ini:

a. S/SB11

Para paralimpian ini memiliki kemampuan penglihatan yang sangat rendah dan atau tidak memiliki persepsi cahaya.

b. S/SB12

Paralimpian memiliki kemampuan penglihatan yang lebih tinggi daripada paralimpian yang bersaing di kelas S/SB11 dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 5 derajat.

c. S/SB13

Paralimpian memiliki gangguan penglihatan paling ringan. Mereka memiliki kemampuan penglihatan tertinggi dan atau bidang visual dengan radius kurang dari 20 derajat.

Untuk memastikan kompetisi yang adil, paralimpian di kelas S/SB11 diharuskan memakai kacamata hitam. Untuk memastikan keamanan, semua perenang S/SB11 harus menggunakan penyadap, perenang di kelas S/SB12 dan S/SB13 dapat memilih apakah mereka ingin menggunakannya atau tidak.

3. Kelas *Intellectual Impairment* S/SB14

Perenang pada kelas S14 memiliki gangguan intelektual yang biasanya menyebabkan para paralimpian mengalami kesulitan berkaitan dengan pengenalan pola, pengurutan, dan memori, atau memiliki waktu reaksi yang lebih lambat, yang berdampak pada kinerja olahraga secara umum. Selain itu, perenang S14 menunjukkan jumlah gerakan yang relatif lebih tinggi dibandingkan dengan kecepatan mereka daripada perenang elit nondisabilitas.

Q. Tenis Meja/*Table Tennis*

Cabang olahraga *table tennis* atau tenis meja dipertandingkan sejak Paralimpiade Roma, Italia pada tahun 1960. Paralimpian dengan gangguan *physical* dan *intellectual impairment* dapat bersaing pada cabang olahraga ini. Tenis meja menerapkan sistem lima set dengan setiap set terdiri dari 11 poin²⁷.

Dalam tenis meja terdapat dua kategori utama yaitu *physical* dan *intellectual impairment*. Pada kategori *physical*

impairment terdapat 10 kelas pertandingan, sedangkan *intellectual impairment* hanya terdapat satu kelas pertandingan, yaitu kelas 11. Untuk kategori *physical impairment* maka kelas 1-5 diperuntukkan bagi paralimpian yang menggunakan kursi roda, sedangkan pada kelas 6-10 diperuntukkan bagi paralimpian yang mampu bermain dengan posisi berdiri²⁸. Untuk lebih rinci, kelas dijelaskan sebagai berikut:

1. Kelas duduk/*Sitting Class*

a) Kelas 1

Pemain kelas 1 tidak memiliki keseimbangan duduk dan lengan bermain yang terpengaruh secara signifikan, misalnya karena tetraplegia. Pemain sering menggunakan lengan yang tidak bermain untuk menjaga keseimbangan.

b) Kelas 2

Pemain di kelas ini juga tidak memiliki keseimbangan duduk, dan lengan yang bermain aktif agak terpengaruh. Seperti para pemain di kelas 1, paralimpian menempelkan raket ke tangan untuk menggantikan fungsi genggam yang terbatas.

c) Kelas 3

Pemain di kelas 3 memiliki fungsi tangan dan lengan penuh. Dengan fungsi lengan yang baik, mereka dapat bermanuver di kursi roda dengan tetap menjaga keseimbangan tubuh bagian atas. Gangguan paralimpian dapat terjadi karena cedera sumsum tulang belakang atau kondisi neurologis misalnya *cerebral palsy*.

d) Kelas 4

Pemain kelas 4 memiliki keseimbangan duduk dan lengan dan tangan yang berfungsi penuh. Mereka dapat bergerak ke depan untuk memukul balik servis yang diberikan lawan.

e) Kelas 5

Kelas ini untuk paralimpian yang menggunakan kursi roda dengan keseimbangan duduk normal, fungsi lengan dan tangan yang baik. Dengan fungsi punggung yang baik, mereka dapat meregangkan tubuh ke samping untuk mengambil bola. Kelas ini diperuntukkan bagi paralimpian dengan cedera tulang belakang bagian bawah.

2. Kelas berdiri/*Standing Class*

Terdapat lima kelas dalam kategori berdiri untuk paralimpian yang mengalami *physical impairment* yang disajikan berikut ini:

a) Kelas 6

Paralimpian pada kelas 6 memiliki gangguan yang mempengaruhi kedua lengan dan kaki yang bergerak sendiri. Kelas ini untuk paralimpian dengan *ataxia*, *athetosis* atau *hypertonia* yang mempengaruhi kaki dan lengan bermain. Gangguan tersebut berdampak pada keseimbangan dan kualitas pukulan.

b) Kelas 7

Pada kelas 7, paralimpian mengalami kerusakan signifikan pada kedua kaki atau lengan bermain, atau kerusakan yang mempengaruhi lengan dan kaki secara moderat. Sebagai

contoh, seorang paralimpian yang mengalami amputasi kedua lengan di atas siku.

c) Kelas 8

Paralimpian yang mengalami gangguan sedang pada kaki mereka atau lengan bermain dapat masuk pada kelas 8. Misalnya, seorang paralimpian dengan kelemahan otot dalam satu kaki karena polio.

d) Kelas 9

Paralimpian pada kelas 9 memiliki gangguan ringan yang mempengaruhi kaki atau lengan bermain. Paralimpian dengan lutut yang kaku atau siku yang terbatas pada lengan bermain masuk pada kelas ini. Selain itu, paralimpian yang memiliki gangguan signifikan pada lengan yang tidak bermain termasuk dalam kelas 9.

e) Kelas 10

Paralimpian di kelas 10 memiliki gangguan yang relatif ringan, seperti pergelangan kaki yang kaku atau pergelangan tangan yang bermain lengan. Pemain dengan perawakan pendek atau cebol juga dapat bermain di kelas 10.



Gambar 5.21. Paralimpian tenis meja yang memukul bola dengan menggunakan mulutnya

Sumber: <https://www.paralympic.org/table-tennis>

3. Gangguan intelektual

a) kelas 11

Hanya terdapat satu kelas untuk paralimpian dengan gangguan intelektual. Pemain tenis meja dengan gangguan intelektual biasanya mengalami kesulitan dengan pengenalan pola, pengurutan, dan memori, atau memiliki waktu reaksi yang lebih lambat, yang semuanya berdampak pada keterampilan, taktik, dan kinerja permainan tenis meja.

R. Taekwondo

Cabang olahraga taekwondo akan memulai debut di Paralimpiade pada Paralimpiade Tokyo, Jepang pada tahun 2020. Dalam taekwondo, kedua kaki paralimpian harus berfungsi

dengan baik dengan aturan main yaitu tidak boleh menendang kepala dan tidak ada poin untuk pukulan²⁹.

Taekwondo hanya boleh diikuti oleh paralimpian yang mengalami *physical impairment*, namun tidak semua jenis *impairment* dapat masuk dalam cabang olahraga ini. Khusus pada jenis gangguan berupa *impaired muscle power*, *athetosis*, *hypertonia*, *limb deficiency* dan *ataxia* pada lengan.



Gambar 5.22. Para paralimpian Taekwondo saling melakukan serangan melalui tendangan kaki

Sumber: <https://www.paralympic.org/taekwondo/classification>

Terdapat empat kelas dalam taekwondo³⁰ antara lain:

1. K41

Paralimpian yang berlaga di kelas ini tidak dapat memblokir hogu (pelindung punggung). Paralimpian pada kelas K41 mengalami kehilangan anggota tubuh bagian atas yang mengakibatkan menurunnya kekuatan menendang. Oleh karena

para paralimpian tidak dapat memblokir tendangan maka fokus diberikan pada kerja kaki dan strategi penghindaran untuk mencetak poin.

2. K42

Pada kelas K42, paralimpian mampu memblokir satu sisi hogu (pelindung punggung). Pada kelas ini, paralimpian mengalami pemendekan atau kehilangan satu lengan di atas siku. Paralimpian pada kelas K42 memiliki sedikit pengurangan dalam kekuatan tendangan karena dampak gangguan pada keseimbangan dan torsi.

3. K43

Paralimpian yang bertanding di kelas ini mampu memblokir sebagian besar hogu (pelindung punggung) dengan pemblokiran terbatas pada bagian bawah. Hal ini disebabkan karena tidak adanya atau pemendekan kedua lengan namun masih berada di bawah siku.

4. K44

Paralimpian yang berlaga di kelas ini mampu memblokir seluruh hogu (pelindung punggung) mereka. Paralimpian K44 umumnya mengalami paling sedikit satu tangan satu atau pergelangan tangan, atau lengan yang mengalami amputasi. Kelas ini juga untuk paralimpian dengan gangguan koordinasi dalam satu lengan. Kelas ini merupakan kelas bagi paralimpian dengan tingkat kedisabilitas minimal.

S. Para Triathlon

Para Triathlon diperlombakan pertama kali pada Paralimpiade Rio, Brazil pada tahun 2016. Dalam cabang olahraga ini para parolimpian melakukan tiga aktivitas beruntun yaitu renang sejauh 750 meter, bersepeda sejauh 20 KM dan lari sejauh 5 Km³¹.



Gambar 5.23. Aktivitas berenang, bersepeda dan berlari yang harus dilakukan parolimpian dalam *Para Triathlon*

Sumber: <https://www.paralympic.org/triathlon>

Parolimpian yang memiliki gangguan *visual impairment* dan *physical impairment* dapat ikut dalam perlombaan ini. Namun tidak semua kategori pada *physical impairment* dapat ikut dalam *para triathlon*, hanya terbatas pada gangguan *impaired muscle power*, *athetosis*, *impaired passive range of movement*, *hypertonia*, *limb deficiency* dan *ataxia* saja yang boleh mengikuti perlombaan ini.

Terdapat lima kelas dalam *para triathlon*, dengan empat kelas untuk *physical impairment* dan satu kelas untuk *visual impairment*⁶². Detail masing-masing kelas disajikan berikut ini:

1. *Physical Impairment*

a) Kelas Kursi Roda (PT1)

Pada kelas ini, paralimpian akan berenang, bersepeda dengan menggunakan sepeda tangan serta berlari dengan menggunakan kursi roda. Kelas ini paralimpian mengalami gangguan kekuatan otot, rentang gerakan, defisiensi ekstremitas bawah seperti amputasi kaki unilateral atau ganda, cedera sumsum tulang belakang yang mengakibatkan paraplegia atau tetraplegia.

b) PT2

Kelas PT2 ini untuk paralimpian dengan tingkat pembatasan aktivitas yang parah seperti amputasi lutut unilateral, gabungan kekuatan otot tungkai atas dan bawah yang signifikan atau gangguan neurologis yang parah seperti *hemiplegia kongenital* dan *cerebral palsy* parah.

c) PT3

Paralimpian dengan batasan aktivitas tingkat menengah seperti amputasi bahu, kehilangan seluruh rentang gerakan dalam satu lengan, kehilangan otot tungkai atas dan tungkai bawah, serta gangguan neurologis moderat seperti *ataxia* atau *athetosis* dapat masuk dalam kelas ini.

d) PT4

PT4 diperuntukkan bagi paralimpian dengan tingkat pembatasan aktivitas ringan seperti amputasi di bawah siku lengan dan atau lutut, kehilangan sebagian daya otot lengan,

defisiensi tungkai bawah atau gangguan neurologis ringan seperti *ataxia* atau *athetosis*.

Pada kelas PT2 hingga PT4, paralimpian akan berenang, selanjutnya bersepeda dengan menggunakan sepeda konvensional, dan berlari dengan atau tanpa menggunakan *prosthesis*.

2. *Visual Impairment* (PT5)

Pada kelas ini, paralimpian akan berenang, mengendarai sepeda tandem dan berlari dengan pemandu. Paralimpian dengan *visual impairment* B1, B2, dan B3 dapat saling bersaing dalam satu kelas yaitu PT5.

T. Bola Basket Kursi Roda/*Wheelchair Basketball*

Wheelchair basketball atau bola basket dengan menggunakan kursi roda pertama kali digunakan sebagai aktivitas olahraga para veteran perang dunia kedua di Amerika Serikat. Dalam Paralimpiade, olahraga ini dipertandingkan pertama kali pada tahun 2012 dalam Paralimpiade London, Inggris.

Dalam *wheelchair basketball*, setiap tim terdiri dari lima lawan lima pemain yang bertanding dalam empat babak, dimana setiap babak terdiri dari 10 menit³³. Paralimpian yang boleh bertanding dalam cabang olahraga ini yaitu paralimpian yang mengalami gangguan fisik berupa *impaired muscle power*, *athetosis*, *impaired passive range of movement*, *hypertonia*, *limb deficiency*, *ataxia* dan *leg length difference*.



**Gambar 5.24. Suasana perebutan bola dalam pertandingan
*wheelchair basketball***

Sumber: <https://www.paralympic.org/wheelchair-basketball>

Dalam *wheelchair basketball* terdapat delapan kelas dari 1.0 hingga 4.5. Kelas 1.0 menggambarkan gangguan yang paling signifikan, sedangkan 4.5 diperuntukkan bagi paralimpian dengan gangguan minimal³⁴. Perbedaan utama antara paralimpian dari kelas yang berbeda adalah kontrol punggung dan keseimbangan duduk. Detail kelas untuk *wheelchair basketball* disajikan berikut ini:

1. Kelas 1.0

Pemain pada kelas 1.0 tidak memiliki kontrol punggung sehingga tidak dapat membungkuk ke depan atau ke samping atau memutar untuk menangkap dan mengoper bola. Untuk menjaga posisi stabil, sandaran kursi roda sedikit lebih tinggi dan para paralimpian diikat ke kursi roda.

2. Kelas 2.0

Pada kelas 2.0, pemain dapat bersandar ke depan dan memutar tubuh sampai batas tertentu, serta mampu menangkap bola dalam radius yang lebih besar. Sama seperti pada kelas 1.0, kursi roda paralimpian kelas 2.0. memiliki sandaran lebih tinggi dan pengikat untuk dukungan punggung.

3. Kelas 3.0

Pemain dapat sepenuhnya berputar dan condong ke depan, tetapi tidak dapat condong ke samping pada kelas ini. Oleh karena tidak memerlukan dukungan duduk, kursi roda paralimpian memiliki sandaran yang rendah.

4. Kelas 4.0

Pada kelas 4.0 pemain dapat bergerak maju, berputar dan bersandar ke samping seperti di kelas 3.0. Seringkali pemain di kelas 4.0. hanya dapat bersandar ke satu sisi saja, yang diakibatkan karena gangguan pada satu kaki akan menyebabkan hilangnya keseimbangan ke sisi lain.

5. Kelas 4.5

Kelas 4.5 merupakan kelas dengan tingkat gangguan minimal. Pemain di kelas ini memiliki penurunan fungsi tubuh paling rendah dan mampu menggerakkan tubuhnya dengan baik. Pemain dengan amputasi kaki atau selisih panjang 6 cm dapat masuk pada kelas ini.

Seorang paralimpian juga dapat dimasukkan dalam kelas 1.5, 2.5 atau 3.5. Paralimpian diletakkan di dalam kelas tengah

bila berada di antara batas bawah dan batas atas antara kedua kelas pertandingan.

U. Anggar Kursi Roda/*Wheelchair Fencing*

Wheelchair fencing atau anggar kursi roda dipertandingkan pertama kali pada Paralimpiade Roma, Italia pada tahun 1960. Olahraga ini dapat diikuti oleh paralimpian dengan *physical impairment* meliputi *impaired muscle power, athetosis, impaired passive range of movement, hypertonia, limb deficiency, ataxia* dan *leg length difference*³⁵.



Gambar 5.25. Paralimpian saling menyerang dengan menggunakan senjata dalam pertandingan wheelchair fencing

Sumber: <https://www.paralympic.org/wheelchair-fencing/classification>

Paralimpian pada *wheelchair fencing* semuanya memiliki gangguan yang berhubungan dengan tungkai bawah sehingga menggunakan kursi roda saat bertanding, namun kursi roda

tersebut tidak dapat digerakkan. Gerakan maju atau menghindar dilakukan dengan cara menggerakkan batang punggung secara optimal. Dalam *wheelchair fencing* terbagi menjadi dua kelas³⁶ yaitu:

1. Kategori A

Pemain anggar di kategori A memiliki kontrol batang tubuh atau punggung yang baik. Paralimpian mampu membungkuk ke depan dan ke samping secara eksplosif ketika menyerang lawan atau menghindari serangan. Selain itu, lengan paralimpian juga mampu berfungsi penuh. Pemain anggar di kelas ini memiliki kekurangan ekstremitas atau *paraplegia* yang lebih rendah.

2. Kategori B

Pemain anggar Kategori B memiliki gangguan pada kaki dan batang tubuh serta atau lengan yang lebih tinggi dibanding pada kategori A. Pada kelas ini, paralimpian akan menggunakan ayunan lengan tidak aktif untuk membantu menyerang lawan.

V. Rugby Kursi Roda/*Wheelchair Rugby*

Wheelchair rugby atau rugby kursi roda pertama kali dipertandingkan di Paralimpiade Sidney, Australia pada tahun 2000. Olahraga ini merupakan perpaduan antara rugby, bola basket dan bola tangan yang awalnya didesain untuk para penderita *tetraplegia*, namun dalam perkembangannya menjadi lebih luas pada beberapa jenis gangguan fisik³⁷. Paralimpian yang dapat bermain dalam *wheelchair rugby* bila memiliki gangguan fisik berupa *impaired muscle power*, *athetosis*,

impaired passive range of movement, hypertonia, limb deficiency dan ataxia.



Gambar 5.26. Seringkali terjadi tabrakan kursi roda dalam perebutan bola dalam wheelchair rugby

Sumber: <https://www.japantimes.co.jp/sports/2017/05/28/olympics/wheelchair-rugby-ready-crash-tokyo-2020-party/>

Terdapat tujuh kelas pertandingan dalam *wheelchair rugby*, mulai 0.5–3.5. Kelas 0.5 menunjukkan kelas bagi gangguan paling serius, sedangkan kelas 3.5 diperuntukkan bagi paralimpian dengan gangguan fungsi minimal³⁸.

Detail untuk masing-masing kelas pertandingan dijelaskan berikut ini:

1. Kelas 0,5

Pemain di kelas 0,5 memiliki fungsi yang sangat terbatas pada bahu, lengan dan tangan. Hal ini dapat diakibatkan karena *tetraplegia*. Pemain biasanya akan menangkap bola dengan mendorong bola ke arah pangkuan. Peran utama paralimpian dengan kelas ini yaitu sebagai penghadang serangan.

2. Kelas 1.5

Seorang pemain di kelas 1.5 memiliki fungsi lengan yang baik namun memiliki ketidakstabilan pada pergelangan tangan yang mengarah pada gerakan bola yang terbatas. Beberapa paralimpian pada kelas ini juga memiliki fungsi lengan yang kurang seimbang, sehingga mengolah bola dengan lengan yang kuat saja.

3. Kelas 2.5

Pada kelas 2.5, pemain memiliki stabilitas bahu dan fungsi lengan yang baik dengan kemampuan melenturkan jari-jari sehingga dapat melakukan operan *overhead*, menangkap bola dengan dua tangan dan melakukan manuver kursi roda secara efektif. Di dalam tim, mereka cenderung menjadi *playmaker*.

4. Kelas 3.5

Seorang pemain pada kelas 3.5 memiliki fungsi lengan dan tangan yang baik. Paralimpian memiliki beberapa fungsi punggung yang baik yang dapat membantu mempercepat kursi roda dengan cepat. Umumnya paralimpian pada kelas ini

memiliki posisi duduk yang tinggi dan tegak. Pada kelas ini biasanya paralimpian mengalami amputasi di atas kedua kaki dan atau kehilangan jari dan permukaan tangan di kedua sisi dapat bermain di kelas ini.

W. Tenis Kursi Roda/*Wheelchair Tennis*

Wheelchair tennis atau tenis kursi roda pertama kali dipertandingkan pada Paralimpiade Barcelona, Spanyol pada tahun 1992. Olahraga ini memiliki ukuran lapangan, raket dan bola yang sama persis dengan tenis lapangan. Hanya perbedaannya terdapat pada aturan setengah lapangan pertandingan dan bola pantulan maksimal sebanyak dua kali³⁹. *Wheelchair tennis* ini dikhususkan bagi paralimpian dengan *physical impairment* khususnya yang memenuhi kategori *impaired muscle power, athetosis, impaired passive range of movement, hypertonia, limb deficiency, ataxia* dan *leg length difference*.



Gambar 5.27. Petenis wanita sedang melakukan pukulan forehand dalam pertandingan wheelchair tennis

Sumber: <https://www.paralympic.org/wheelchair-tennis>

Terdapat dua kelas dalam *wheelchair tennis* yang berkaitan dengan gangguan fungsi pada kaki⁴⁰. Berikut kedua kelas tersebut:

1. Open Class

Kelas ini diperuntukkan bagi paralimpian yang memiliki gangguan signifikan dan permanen pada salah satu atau kedua kaki, namun kedua lengannya mampu berfungsi secara normal. Contohnya adalah paralimpian yang mengalami amputasi kaki dan *paraplegia*.

2. Quad Class

Paralimpian pada kelas ini mengalami gangguan fisik yang berdampak pada salah satu atau kedua kaki serta lengan yang digunakan untuk bermain. Paralimpian mengalami

keterbatasan dalam menggerakkan kursi roda dan juga raket. Oleh sebab itu, raket harus diikat ke tangan paralimpian tersebut.

X. Informasi Penting Terkait Cabang Olahraga Paralimpiade Musim Panas

Seluruh cabang olahraga yang dimunculkan pada sub bab A-W merupakan cabang olahraga yang dipertandingkan/diperlombakan di Paralimpiade musim panas. Sebagai tambahan informasi, Paralimpiade terbagi menjadi dua yaitu Paralimpiade musim dingin (Bagi negara dengan empat musim/wilayah sub tropis) dan Paralimpiade musim panas (Bagi negara dengan dua musim/wilayah tropis). Indonesia merupakan negara yang memiliki dua musim dan terletak di wilayah tropis sehingga dapat mengikuti Paralimpiade musim panas.

Berikut di bawah ini adalah informasi lebih lanjut terkait masing-masing cabang olahraga yang terlibat dalam paralimpade musim panas. Untuk mengetahui lebih lanjut silahkan cermati dengan baik tabel 5.1. di bawah ini.

Tabel 5.1. Daftar Informasi Penting Terkait Cabang Olahraga Paralimpiade Musim Panas

Cabang olahraga	Organisasi	Alamat	Telpon	Email	Website	Contact person
Archery	World archery	World archery, maison du sport, international avenue de rhodanie 54, 1007 lausanne, switzerland	+41 (0)21 614 30 50	Info@archery.org	Http://www.archery.org	Tom dielen
Athletics	World para athletics	Adenauerallee 212-214 53113 bonn Germany	+49 228 2097 200	info@worldparaathletics.org	Https://www.paralympic.org/athletics	Haozhe gao
Badminton	Badminton	Unit no. 1	+603 2631	s.sabron@bwfbad	Http://www.bwfcorpor	Syahmi

Cabang olahraga	Organisasi	Alamat	Telpon	Email	Website	Contact person
	world federation	level 29, naza tower, no. 10 persiaran, klcc50088 kuala lumpur, malaysia	9188	minton.org	ate.com	sabron
Boccia	Bisfed	Ltd. 60 charlotte street, london w1 t2nu, great britain	+44 (0)7802 199553	Admin@bisfed.com	Http://www.bisfed.com /	David hadfield
Canoe	International canoe federation (icf)	Avenue de rhodanie 54, ch 1007 lausanne, switzerland	+41 21 612 02 90	Info@canoeicf.com	Http://www.canoeicf.com	Simon toulson
Cycling	Union cycliste internationale (uci)	Union cycliste internationale (uci) ch. De la m��lee 12 1860 aigle switzerland	+41 24 468 58 11	christopher.biffrare@uci.ch	Http://www.uci.ch/	Christopher biffrare
Equestrian	F��d��ration equestre internationale (fei)	Hm king hussein building, chemin de la joliette 8, 1006 lausanne, switzerland	+41 21 310 47 47	info@fei.org	Http://www.fei.org/	Ms. Bettina de rham
Football- 5-a-side	International blind sports federation (ibsa) football 5	Riegelaecker st. 8, 71229 leonberg, germany	+ 49 7152 908 4863	football.chair@ibsa sport.org	Http://www.ibsa sport.org	Ulrich pfisterer
Goalball	International blind sports federation (ibsa). Goalball	C/o henk van aller, nijmegen 2419 3704 vj zeist the netherlands	+ 31 6 44 830 820	goalball@ibsa sport.org	Http://www.ibsa sport.org	John potts
Judo	International blind sports federation (ibsa). Judo	41 szechenyi road, 2700 cegl��d, hungary	+36 30 629 6725	judo.chair@ibsa sport.org	Http://www.ibsa sport.org	Norbert biro

Cabang olahraga	Organisasi	Alamat	Telpon	Email	Website	Contact person
Para dance sport	Ipc management team for para dance sport	Adenauerallee 212-214, 53113 bonn, germany	+49 228 2097 235	camila.rodrigues@worldparadance sport.org	https://www.paralympic.org/dance-sport	Camila rodrigues
Para powerlifting	World para powerlifting	Adenauerallee 212-214 53113 bonn Germany	+49-228-2097-200	info@worldparapowerlifting.org	https://www.paralympic.org/powerlifting	Jorge moreno
Rowing	International rowing federation (fisa)	Av. De rhodanie 541007 lausanne switzerland	+41 21 617 8373	info@fisa.org	http://www.worldrowing.com/	Matt smith
Shooting para sport	World shooting para sport	Adenauerallee 212-214 53113 bonn Germany	+49 228 2097 209	Worldshootingparasport@paralympic.org	https://www.paralympic.org/shooting	Tyler anderson
Sitting volleyball	World paravolley	Mr. Phil allen, general manager, 78 ch. Kennedy, la pêche, quebec, canada, j0x2w0	001-613-296-0433	Generalmanager@worldparavolley.org	http://www.worldparavolley.org/	Phil allen
Para swimming	World para swimming	Adenauerallee 212-214 53113 bonn Germany	+49 228 2097 209	Worldparaswimming@paralympic.org	https://www.paralympic.org/swimming	Tracy glassford
Table tennis	The international table tennis federation (ittf)	Avenue de la rhodanie, 58 / lausanne, 1007 switzerland	0041 21 3407090	Rcalin@ittfmail.com	http://www.ittf.com/	Raul calin
Taekwondo	World taekwondo (wt)	World taekwondo, avenue de rhodanie 54, lausanne1007, switzerland	+41 21 6015013	Para-tkd@wtf.org	http://www.worldtaekwondo.org/	Mr. Olof hansson
Triathlon	International triathlon union (itu)	International triathlon union (itu) 221, 998 harbourside	+ 1 604 904 9248	eric.angstadt@triathlon.org	http://www.triathlon.org/paratriathlon/	Grant darby (can), para-

Cabang olahraga	Organisasi	Alamat	Telpon	Email	Website	Contact person
		dr. North vancouver bc canada v7p 3t2				triathlon committe e
Wheelchair basketball	International wheelchair basketball federation (iwbfb)	C/o fiba, route suisse 5, po box 29, 1295 mies, switzerland	+41 22 545 00 00	info@iwbfb.org	Http://www.iwbfb.org/	Norbert kucera
Wheelchair fencing	International wheelchair and amputee sports federation (iwas). Fencing	International wheelchair and amputee sports federation (iwas) aylesbury college oxford road aylesbury buckinghamshire hp21 8pd united kingdom	+44 1296 780212	Sport@iwasf.com	Http://www.iwasf.com/	Pal szekeres
Wheelchair rugby	Wheelchair rugby federation (iwrff)	Suite 349 - 5158 48th avenue, delta, bc v4k 5b6, canada	+1 778 999 3445	Info@iwrff.com	Http://www.iwrff.com/	Richard allcroft
Wheelchair tennis	International tennis federation (itf)	Bank lane, roehampton, london sw15 5xz	+44 (0)20 8878 6464	Wheelchair@itfennis.com	Http://www.itftennis.com/wheelchair	Ms. Ellen delange

Y. Rangkuman

1. Cabang olahraga dalam paralimpiade dalam dibagi dua yaitu cabang olahraga paralimpiade musim panas dan musim dingin.
2. Terdapat lebih banyak cabang olahraga dalam paralimpiade musim panas dibanding paralimpiade musim dingin, dimana dalam paralimpiade musim panas terdapat 22 cabang olahraga.
3. Indonesia mengikuti Paralimpiade musim panas karena Indonesia termasuk dalam wilayah tropis yang terdiri dari dua musim.

Daftar Pustaka

- IPC. Classification in para archery. Available from
<https://www.paralympic.org/archery/classification>
- IPC. Classification in para athletic. Available from
<https://www.paralympic.org/athletics/classification>
- IPC. Classification in para badminton. Available from
<https://www.paralympic.org/badminton/classification>
- IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/boccia/classification>
- IPC. Canoe. Available from <https://www.paralympic.org/canoe>
- IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/canoe/classification>
- IPC. Classification in cycling. Available from
<https://www.paralympic.org/cycling/classification>
- IPC. Classification in equestrian. Available from
<https://www.paralympic.org/equestrian/classification>
- IPC. Football 5 side. Available from
<https://www.paralympic.org/football-5-side>
- IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/football-5-a-side/classification>
- IPC. Goalball. Available from <https://www.paralympic.org/goalball>
- IPC. Classification in goalball. Available from
<https://www.paralympic.org/goalball/classification>

IPC. Judo. Available from <https://www.paralympic.org/judo>

IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/judo/classification>

IPC. Dance sport. Available from
<https://www.paralympic.org/dance-sport/about>

IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/dance-sport/rules-and-regulations/classification>

IPC. Powerlifting. Available from
<https://www.paralympic.org/powerlifting/about>

IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/powerlifting/classification>

IPC. Rowing. Available from <https://www.paralympic.org/rowing>

IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/rowing/classification>

IPC. Shooting. Available from
<https://www.paralympic.org/shooting>

IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/shooting/rules-and-regulations/classification>

IPC. Sitting volleyball. Available from
<https://www.paralympic.org/sitting-volleyball>

IPC. Classification. Available from
<https://www.paralympic.org/sitting-volleyball/classification>

IPC. Swimming. Available from

<https://www.paralympic.org/swimming>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/swimming/classification>

IPC. Table tennis. Available from

<https://www.paralympic.org/table-tennis>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/table-tennis/classification>

IPC. Taekwondo. Available from

<https://www.paralympic.org/taekwondo>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/taekwondo/classification>

IPC. Triathlon. Available from <https://www.paralympic.org/triathlon>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/triathlon/classification>

IPC. Wheelchair basketball. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-basketball>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-basketball/classification>

IPC. Wheelchair fencing. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-fencing>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-fencing/classification>

IPC. Wheelchair rugby. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-rugby>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-rugby/classification>

IPC. Wheelchair tennis. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-tennis>

IPC. Classification. Available from

<https://www.paralympic.org/wheelchair-tennis/classification>

BAB VI

MULTI EVENT OLAHRAGA DISABILITAS DI DUNIA DAN DI INDONESIA

A. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Dunia

Bila dalam olahraga nondisabilitas terdapat Olimpiade yang merupakan *multi event* olahraga paling bergengsi dan terbesar di dunia, maka dalam olahraga disabilitas terdapat Paralimpiade yang juga merupakan *multi event* terdahsyat sedunia yang ditunggu oleh para paralimpian olahraga disabilitas dunia. Sebagai *multi event* olahraga terbesar di dunia yang rutin dilaksanakan setiap empat tahun sekali ini maka pelaksanaan Olimpiade selalu diikuti dengan pelaksanaan Paralimpiade¹.



Gambar 6.1. Pelaksanaan Berurutan antara *Multi Event* Olimpiade dan Paralimpiade di Kota dan Tahun yang Sama (Gambar kiri menunjukkan Olimpiade dan gambar kanan menunjukkan Paralimpiade)

Sumber: <https://www.raremirror.com/olympic-and-paralympic-rio-2016/>

Sebagai tambahan informasi bahwa untuk pencantuman logo olahraga nondisabilitas dalam berbagai level cenderung mencantumkan logo lima lingkaran yang saling berhubungan satu sama lain (biru, kuning, hitam, hijau dan merah) yang mencerminkan perwakilan lima benua di dunia. Sedangkan untuk olahraga disabilitas selalu mencantumkan tiga garis lengkung (merah, biru dan hijau) yang mencerminkan pergerakan paralimpik yang diwakili dengan tiga warna yang paling banyak digunakan sebagai warna bendera negara-negara di dunia².

B. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Asia

Untuk level benua Asia, maka *Asian Games* merupakan *multi event* olahraga terbesar dan ditunggu oleh atlet andalan tiap negara di Asia. Seperti pelaksanaan Olimpiade dan Paralimpiade, *Asian Games* juga diikuti oleh pelaksanaan *Asian Para Games* yang dalam rentang waktu yang berurutan³. *Multi event* terbesar untuk paralimpian olahraga disabilitas di Asia ini rutin dilaksanakan setiap empat tahun sekali. Meski dalam logo Asian Games dan Asian Para Games Indonesia 2018 tidak menggunakan tambahan logo lingkaran dan garis lengkung, namun kedua logo tersebut tidak melupakan arti yang telah disematkan dalam logo Olimpiade dan Paralimpiade.



Gambar 6.2. Logo *Asian Games* (kiri) dan *Asian Para Games* Indonesia 2018 (kanan)

Sumber: <https://www.bola.com/asian-games/read/3626758/klasemen-medali-asian-games-2018-posisi-indonesia-tak-berubah> dan
<https://www.himedik.com/info/2018/10/06/180000/wajib-tahu-berikut-sejarah-asian-para-games-2018>

C. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Asia Tenggara

Dalam multi event olahraga dua tahun sekali terbesar di Asia Tenggara maka *Asean Para Games* merupakan event olahraga disabilitas yang selalu dinantikan oleh para paralimpian olahraga disabilitas di kawasan Asia Tenggara. Pelaksanaan *Asean Para Games* juga dilakukan setelah selesainya gelaran *Sea Games*. Even *Sea Games* dan *Asean Para Games* diikuti oleh seluruh negara yang berada di kawasan Asia Tenggara⁴.

D. Multi Event Olahraga Disabilitas Terbesar Di Indonesia

Pekan Olahraga Nasional (PON) merupakan multi event terbesar olahraga nondisabilitas di Indonesia yang melibatkan seluruh provinsi di seluruh Indonesia. Untuk olahraga disabilitas, ajang multi event terbesar dan melibatkan paralimpian terbaik perwakilan masing-masing provinsi di Indonesia tersebut disebut sebagai Pekan Paralimpiade Nasional atau Pekan Paralimpik

Indonesia (PEPARNAS)⁵. Baik PON maupun PEPARNAS dilaksanakan empat tahun sekali, namun perkembangan terbaru diketahui bahwa ke depan PON dan PEPARNAS akan dilaksanakan setiap dua tahun sekali.

E. Multi Event Olahraga Disabilitas Tingkat Provinsi Dan Dibawahnya

Persaingan paralimpian terbaik tiap kabupaten diuji kemampuannya pada multievent Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) atau pada beberapa daerah lain menyebut dengan nama Pekan Olahraga Daerah (PORDA), sedangkan untuk paralimpian akan bertanding dalam Pekan Paralimpik Provinsi (PEPARPROV)⁶.

Untuk mempermudah pemahaman tentang beragam *multi event* olahraga disabilitas pada berbagai level silahkan cermati tabel 6.1. berikut.

Tabel 6.1. Nama multi event olahraga disabilitas pada berbagai level

Tingkat	Nama Multi event		Pelaksanaan Setiap
	Olahraga Nondisabilitas	Olahraga Disabilitas	
Dunia	Olimpiade	Paralimpiade	4 Tahun
Asia	Asian Games	Asian Para Games	4 Tahun
Asia Tenggara	Sea Games	Asean Para Games	2 Tahun
Negara	Pekan Olahraga Nasional (PON)	Pekan Paralimpik Nasional (PEPARNAS)	2 Tahun
Provinsi	Pekan Olahraga Provinsi	Pekan Paralimpik Provinsi	2 Tahun

	(PORPROV)	(PEPARPROV)	
Kabupaten	Pekan Olahraga Kabupaten (PORKAB)	Pekan Paralimpik Kabupaten (PEPARKAB)	Tergantung kebijakan kabupaten
Kota	Pekan Olahraga Kota (PORKOT)	Pekan Paralimpik Kota (PEPARKOT)	Tergantung kebijakan kota

Selanjutnya untuk memahami pola waktu kalender tahunan *multi event* tersebut silahkan cermati tabel 6.2.

Tabel 6.2. Kalender Tahunan Multievent Olahraga Disabilitas di Dunia dan Di Indonesia

Nama Multievent	Tahun											
	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	
Paralimpiade												
Asian Para Games												
Asean Para Games												
PEPARNAS												
PEPARPROV												

F. Rangkuman

1. Dalam setiap *multi event* olahraga non disabilitas selalu dibarengi dengan *multi event* olahraga disabilitas. Hal ini berlaku mulai dari level dunia hingga di daerah.
2. *Multi event* olahraga disabilitas yang diikuti Indonesia di tingkat dunia antara lain Paralimpiade, *Asian Para Games* dan *Asean Para Games*.
3. *Multi event* olahraga disabilitas yang dilaksanakan secara rutin di Indonesia antara lain Pekan Paralimpik Nasional, Pekan Paralimpik Provinsi dan atau Daerah.

Daftar Pustaka

IPC. International paralympic committee. Available from
<https://www.paralympic.org/>

Wikipedia. Paralympic simbols. Available from
https://en.wikipedia.org/wiki/Paralympic_symbols

APC. Asian paralympic Committee. Available from
<https://asianparalympic.org/>

APSF. Asean para sport federation. Available from
<https://www.facebook.com/aseanparasports/>

NPCI. National paralympic committee indonesia. Available from
<http://npcindonesia.id/>

Wikipedia. Pekan paralimpiade nasional. Available from
https://id.wikipedia.org/wiki/Pekan_Paralimpiade_Nasional

BAB VII

ORGANISASI OLAHRAGA DISABILITAS DI DUNIA DAN DI INDONESIA

A. Organisasi Olahraga Disabilitas Tertinggi Di Dunia

International Paralympic
Committee (IPC)
merupakan federasi



International
Paralympic
Committee

olahraga disabilitas tertinggi di
tingkat dunia. Bila

diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia maka *International Paralympic Committee* (IPC) dapat diartikan sebagai Komite Paralimpiade Internasional. Organisasi ini pertama kali dibentuk pada tahun 1989 dan pada saat ini telah memiliki 176 negara anggota. IPC merupakan organisasi yang bertugas untuk mengawasi kesuksesan persiapan, pelaksanaan dan pasca pelaksanaan paralimpiade yang rutin dilaksanakan setiap empat tahun sekali.

IPC memiliki slogan “*Spirit in Motion*” yang dapat diartikan sebagai semangat dalam pergerakan. Untuk mengetahui lebih detail tentang International Paralympic Committee (IPC) dapat mengakses website resminya¹ yaitu: <https://www.paralympic.org/>



Gambar 7.2. Website resmi *International Paralympic Committee* (IPC)

Sumber: <https://www.paralympic.org>

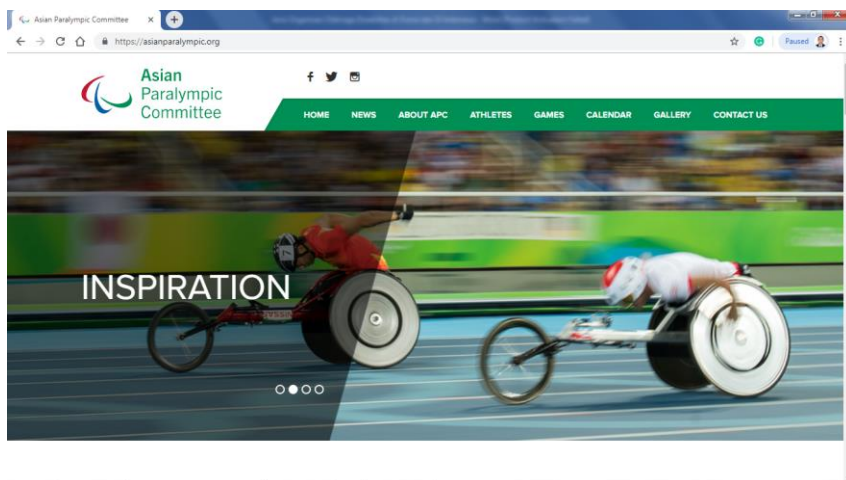
B. Organisasi Olahraga Disabilitas Di Asia

Asian Paralympic Committee (APC) merupakan organisasi resmi olahraga disabilitas di Asia yang merupakan kepanjangan tangan dari IPC. Bila diartikan dalam Bahasa Indonesia maka *Asian Paralympic Committee* (APC) dalam disebut sebagai Komite Paralimpiade Asia. Organisasi yang dibentuk pada tahun 2002 ini sekarang memiliki 44 negara anggota di seluruh kawasan Asia. APC merupakan organisasi yang bertugas untuk mengawasi kesuksesan persiapan, pelaksanaan dan pasca pelaksanaan



Asian Para Games yang rutin dilaksanakan setiap empat tahun sekali.

APC saat ini berpusat di Abu Dhabi, Uni Emirat Arab (UAE) dan memiliki visi untuk menjadikan Asia sebagai salah satu benua terdepan dalam gerakan paralimpik. Untuk mengetahui lebih detail tentang *Asian Paralympic Committee* (APC) dapat mengakses website resminya² yaitu: <https://asianparalympic.org/>



Gambar 7.4. Website resmi Asian Paralympic Committee (APG)

Sumber: <https://asianparalympic.org/>

C. Organisasi Olahraga Disabilitas Di Asia Tenggara

Selanjutnya di tingkat Asia Tenggara maka nama *Asean Para Sports Federation* (APSF) merupakan organisasi olahraga disabilitas tertinggi di tingkat Asia Tenggara. Organisasi ini juga merupakan kepanjangan tangan dari IPC dan APC yang khusus menangani olahraga disabilitas di kawasan Asia Tenggara. APSF didirikan di Thailand pada tahun 2001. Pada saat ini 11 negara di Asia Tenggara telah tergabung sepenuhnya dalam keanggotaan APSF. Penyelenggaraan Asean Para Games berada di bawah pengawasan APSF, dengan bantuan IPC, yang merupakan organisasi yang bertugas untuk mengawasi kesuksesan persiapan, pelaksanaan dan pasca pelaksanaan Asean Para Games yang rutin dilaksanakan setiap dua tahun sekali. Untuk mengetahui lebih detail tentang *Asean Para Sports Federation* (APSF) dapat mengakses website resminya³ yaitu: <https://www.facebook.com/aseanparasports/>



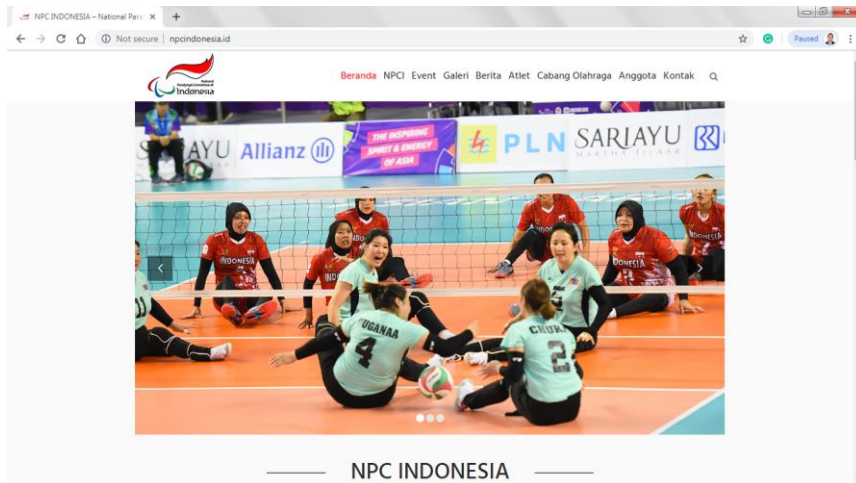
D. Organisasi Olahraga Disabilitas Di Indonesia

Organisasi olahraga tertinggi yang menangani olahraga disabilitas di sebuah negara disebut sebagai *National Paralympic Committee* Indonesia (NPCI). Bila diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia maka *National Paralympic Committee* Indonesia (NPCI) dapat diartikan sebagai Komite Paralimpiade Nasional Indonesia. Untuk negara Indonesia maka organisasi tertinggi disebut sebagai NPC



Indonesia. Organisasi ini didirikan pada tahun 1962 dan saat ini berpusat di kota Solo, Jawa Tengah.

NPC Indonesia memiliki tugas utama untuk melakukan pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga disabilitas di Indonesia. Selain itu, NPCI merupakan organisasi yang bertugas untuk mengawasi kesuksesan persiapan, pelaksanaan dan pasca pelaksanaan Pekan Paralimpik Nasional (PEPARNAS) yang rutin dilaksanakan setiap empat tahun sekali. Untuk mengetahui lebih detail tentang *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) dapat mengakses website resminya⁴ yaitu: <http://npcindonesia.id/>



Gambar 7.7. Website resmi NPC Indonesia (NPCI)

Sumber: <http://npcindonesia.id/>

E. Organisasi Olahraga Disabilitas Tingkat Provinsi dan dibawahnya

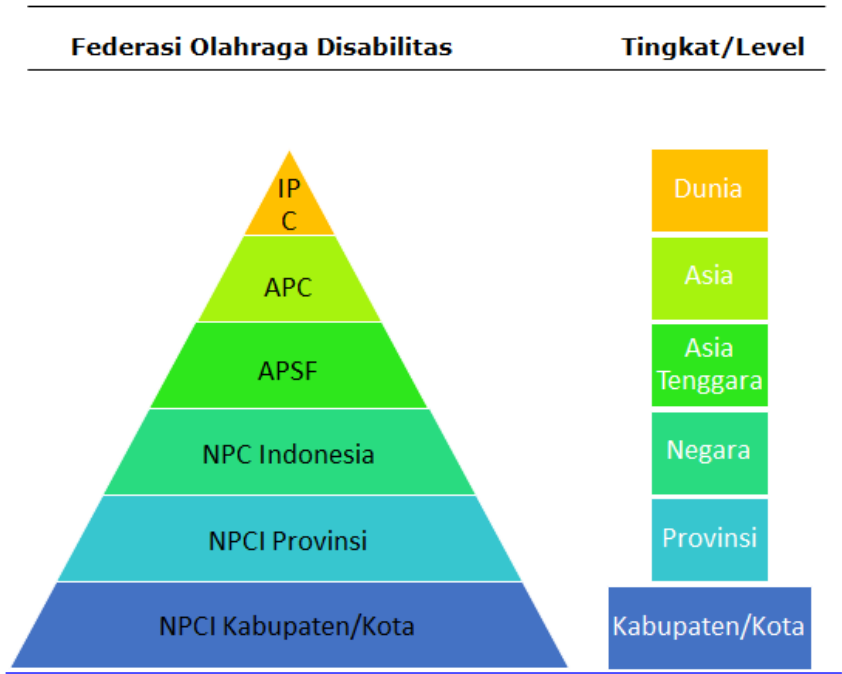
Nama "*National paralympic committee Indonesia*" atau NPCI tetap digunakan sebagai identitas organisasi olahraga disabilitas baik pada level provinsi, kabupaten dan kota. Cukup dengan penambahan identitas provinsi, kabupaten atau kota di

belakang nama NPCI tersebut. Contoh diberikan pada tabel berikut.

Tabel 7.1. Contoh Nama *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) pada level provinsi dan dibawahnya

Tingkat	Nama Daerah	Nama Organisasi Olahraga Disabilitas
Provinsi	Jawa Timur	NPCI Provinsi Jawa Timur
Kabupaten	Malang	NPCI Kabupaten Malang
Kota	Surabaya	NPCI Kota Surabaya

Untuk mempermudah pemahaman tentang perbandingan berbagai jenis federasi olahraga disabilitas dalam berbagai level maka silahkan cermati gambar di bawah ini.



Gambar 7.8. Federasi olahraga disabilitas dalam berbagai level

Berdasarkan gambar 7.8. di atas maka diketahui bahwa terdapat berbagai macam federasi olahraga disabilitas pada berbagai level dengan nama yang berbeda.

F. Rangkuman

1. Mayoritas dalam semua federasi olahraga disabilitas kata “*paralympic*” selalu digunakan dalam nama organisasi olahraga disabilitas dalam berbagai level.
2. Semua peraturan yang ada dalam organisasi olahraga disabilitas pada level dunia mengacu pada aturan yang ditentukan oleh *International Paralympic Committee* (IPC).
3. Semua peraturan yang ada dalam organisasi olahraga disabilitas pada level Indonesia mengacu pada aturan yang ditentukan oleh *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCi).

Daftar Pustaka

IPC. International paralympic committee. Available from
<https://www.paralympic.org/>

APC. Asian paralympic Committee. Available from
<https://asianparalympic.org/>

APSF. Asean para sport federation. Available from
<https://www.facebook.com/aseanparasports/>

NPCI. National paralympic committee indonesia. Available from
<http://npcindonesia.id/>

BAB VIII

PRODUK PERUNDANG-UNDANGAN INDONESIA TERKAIT OLAHRAGA DISABILITAS

A. Hak Umum Insan Disabilitas

Dalam menjalankan kehidupan sehari-hari di Indonesia maka insan disabilitas memiliki serangkaian hak yang telah diatur Dalam Undang – Undang Republik Indonesia No 8 tahun 2016 tentang penyandang disabilitas pada Bab III pasal 5 yang isinya sebagai berikut:

1. Hak untuk hidup
2. Hak bebas dari stigma
3. Hak untuk memiliki privasi
4. Hak mendapatkan keadilan dan perlindungan umum
5. Hak mendapatkan pendidikan
6. Hak mendapatkan pekerjaan, kewirausahaan, dan koperasi
7. Hak mendapatkan kesehatan
8. Hak berpolitik
9. Hak menganut agama
10. Hak terlibat dalam keolahragaan
11. Hak kebudayaan dan pariwisata
12. Hak mendapatkan kesejahteraan social
13. Hak aksesibilitas
14. Hak mendapatkan pelayanan publik
15. Hak perlindungan dari bencana
16. Hak habilitasi dan rehabilitasi
17. Hak konsesi
18. Hak pendataan

19. Hak hidup secara mandiri dan dilibatkan ke dalam masyarakat
20. Hak berekspresi, komunikasi, dan mendapatkan informasi
21. Hak berpindah tempat dan kewarganegaraan
22. Hak Bebas dari tindakan diskriminasi, penelantaran, penyiksaan, serta eksploitasi.

B. Hak Insan Disabilitas Terlibat Dalam Keolahragaan

Dalam Undang – Undang Republik Indonesia No 8 tahun 2016 pasal 15 telah disebutkan tentang hak bagi para insan disabilitas untuk terlibat dalam dunia olahraga. Rincian hak keolahragaan penyandang disabilitas adalah sebagai berikut:

1. Memiliki hak untuk melakukan kegiatan keolahragaan
2. Memiliki hak untuk mendapatkan penghargaan yang sama dalam mengikuti kegiatan yang berhubungan dengan keolahragaan.
3. Memiliki hak dalam memperoleh pelayanan dalam kegiatan keolahragaan.
4. Memiliki hak dalam memperoleh sarana dan prasarana keolahragaan yang mudah untuk diakses
5. Memiliki hak untuk memilih mengikuti jenis atau cabang olahraga.
6. Memiliki hak untuk memperoleh pengarahan, dukungan, pembinaan, bimbingan, serta pengembangan dalam hal keolahragaan
7. Memiliki hak untuk menjadi pelaku keolahragaan
8. Memiliki hak untuk meningkatkan prestasi di semua tingkat kejuaraan.

Ditambahkan dalam Undang – Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pada pasal 7 disebutkan bahwa masyarakat penyandang cacat atau memiliki kelainan fisik dan atau kelainan mental memiliki hak mendapatkan pelayanan dalam kegiatan olahraga khusus.

C. Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Insan Disabilitas

Pembinaan dan pengembangan olahraga insan disabilitas telah diatur dalam Undang – Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 30. Rincian pasal tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pembinaan dan pengembangan olahraga pada masyarakat penyandang cacat bertujuan agar kesehatan, rasa percaya, dan prestasi olahraga pada masyarakat penyandang cacat mengalami peningkatan.
2. Pembinaan dan pengembangan olahraga pada masyarakat penyandang cacat di bawah naungan organisasi yang menangani olahraga penyandang cacat. Organisasi tersebut melaksanakan serangkaian pelatihan dan kegiatan penataran yang berkelanjutan serta melaksanakan kompetisi yang berjenjang dan berkelanjutan di tingkat daerah, nasional, serta internasional.
3. Pemerintah dan organisasi yang menangani olahraga penyandang cacat wajib melakukan pembentukan sentra pembinaan dan pengembangan khusus untuk masyarakat penyandang cacat.

4. Pembinaan dan pengembangan olahraga masyarakat penyandang cacat dilakukan pada lingkup pendidikan olahraga di sekolah, olahraga rekreasi, olahraga prestasi berdasarkan jenis kecacatan, kondisi fisik dan mental seseorang.

Selanjutnya peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007 pada pasal 38 disebutkan bahwa:

1. Pembinaan dan pengembangan olahraga pada masyarakat penyandang cacat bertujuan agar kesehatan, rasa percaya, dan prestasi olahraga pada masyarakat penyandang cacat mengalami peningkatan.
2. Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat yang dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan dalam bentuk penataran, pelatihan, kompetisi yang berjenjang dan berkelanjutan dan dilakukan mulai dari tingkat daerah, nasional, hingga internasional.
3. Pemerintah / pemerintah daerah memiliki kewajiban untuk memberikan fasilitas terhadap program kegiatan pembinaan dan pengembangan seperti penataran, pelatihan, dan kompetisi yang berjenjang pada penyandang cacat di tingkat daerah dan nasional.
4. Pemerintah membentuk sentra pembinaan dan pengembangan untuk olahraga penyandang cacat di tingkat nasional.
5. Pemerintah daerah atau organisasi keolahragaan membentuk sentra pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat di tingkat daerah.

Ditambahkan dalam peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007 pada pasal 39 bahwa:

1. Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat dilakukan oleh organisasi olahraga penyandang cacat yang dilaksanakan di tingkat pusat maupun tingkat daerah.
2. Organisasi olahraga penyandang cacat bersifat nasional yang memiliki tanggung jawab atas penyelenggaraan keolahragaan dan kompetisi olahraga penyandang cacat pada tingkat nasional dan keikutsertaan Indonesia dalam pekan dan kejuaraan olahraga penyandang cacat tingkat internasional.

Disebutkan dalam peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007 pada pasal 40 bahwa:

- a. Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat diselenggarakan secara khusus / berdasar jenis olahraga khusus bagi penyandang cacat yang sesuai dengan kondisi kecacatan / kelainan fisik dan mental olahragawan penyandang cacat.
- b. Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat dilakukan pada ruang lingkup olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi.
- c. Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat pada olahraga pendidikan diarahkan untuk terselenggaranya proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan bagi peserta didik yang berpenyandang cacat agar mendapatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepribadian serta dapat meningkatkan rasa percaya diri, kesehatan, serta kebugaran jasmani.

- d. Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang cacat di olahraga rekreasi memiliki tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri, kesehatan, kebugaran, kesenangan, hubungan sosial pada olahragawan penyandang cacat.
- e. Pembinaan dan pengembangan olahraga penyandang disabilitas bertujuan untuk meningkatkan potensi dan prestasi olahragawan penyandang cacat di tingkat daerah, nasional, hingga internasional yang memiliki tujuan untuk meningkatkan martabat bangsa Indonesia.

Ditambahkan dalam peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007 pada pasal 41 bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan penyandang disabilitas menjadi tanggung jawab Menteri Pemuda dan Olahraga bersama menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintah yang berkecimpungan dibidang sosial, menteri kesehatan, menteri pendidikan nasional, menteri budaya dan pariwisata.

Selain itu juga pada Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 pada pasal 58 tentang olahragawan disebutkan bahwa:

1. Olahragawan amatir mendapatkan pembinaan dan pengembangan melalui induk organisasi cabang olahraga amatir.
2. Olahragawan professional mendapatkan pembinaan dan pengembangan yang berasal dari cabang olahraga professional yang tergabung dalam cabang olahraga amatir yang dinaungi oleh lembaga secara mandiri yang dibentuk pemerintah.

3. Olahragawan penyandang cacat mendapatkan pembinaan dan pengembangan yang berasal dari organisasi olahraga khusus penyandang cacat.

D. Pelaku Olahraga Disabilitas

Pelaku olahraga disabilitas telah diatur dalam Undang – Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 53 yaitu sebagai berikut:

1. Olahragawan adalah olahragawan amatir dan professional.
2. Olahragawan penyandang cacat adalah olahragawan yang melaksanakan olahraga khusus.

Ditambahkan pada Undang – Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 pada pasal 56 bahwa:

1. Olahragawan pada masyarakat penyandang cacat melakukan aktivitas olahraga khusus bagi penyandang cacat.
2. Setiap olahragawan penyandang cacat yang dimaksud pada ayat (1) memiliki hak untuk:
 - a) Meningkatkan prestasi melalui perkumpulan olahraga yang berisikan penyandang cacat.
 - b) Mendapatkan pembinaan cabang olahraga yang sesuai dengan kondisi tubuh / kelainan fisik atau mental; dan
 - c) Dapat mengikuti kompetisi atau kejuaraan pada tingkat daerah, nasional, bahkan hingga internasional. Syarat untuk mengikuti kompetisi adalah setelah melalui seleksi dan/atau kompetisi.

E. Rangkuman

1. Hak penyandang disabilitas secara umum telah diatur dalam Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas.
2. Pembinaan dan pengembangan olahraga disabilitas telah diatur dalam Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dan peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007
3. Pelaku olahraga disabilitas telah diatur dalam Undang – Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.

Daftar Pustaka

Undang – Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 16 Tahun 2007 tentang Penyelenggaraan keolahragaan.

Undang – Undang Republik Indonesia No. 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas.

BAB IX

NILAI-NILAI YANG WAJIB DIMILIKI PELATIH OLAHRAGA DISABILITAS

A. Keikhlasan

Melatih olahraga prestasi untuk insan nondisabilitas tentu sangat jauh berbeda dibandingkan melatih insan disabilitas. Cara dan praktek yang diberikan tidak sama dengan latihan insan nondisabilitas pada umumnya. Nilai awal yang penting untuk dijiwai secara mendalam dan ditekankan pada diri seorang pelatih ketika pertama kali melatih paralimpian yaitu nilai keikhlasan.

Mengapa hal ini sangat penting dan harus diresapi oleh seorang pelatih disabilitas? Pembibitan dan pengembangan prestasi olahraga disabilitas di tingkat daerah sangatlah beragam dengan segala cerita suka dukanya. Tanpa adanya keikhlasan maka jangan harap olahraga disabilitas dapat dikembangkan secara optimal oleh pelatih olahraga disabilitas.

Bila tujuan utama pelatih adalah uang, maka ia akan kecewa bila honor yang ia terima tidak sesuai dengan yang ia harapkan. Bila hal ini terjadi, sangat mungkin ia akan melatih secara asal-asalan, sekedar menggugurkan kewajiban tanpa adanya penjiwaan untuk mengembangkan bakat dan potensi paralimpian.

Nilai keikhlasan yang secara konsisten dimiliki dan dijaga oleh seorang pelatih niscaya membuahkan hasil prestasi di kemudian hari. Kebahagiaan terbesar pelatih olahraga

disabilitas yaitu saat paralimpian yang ia latih mampu berprestasi secara maksimal dengan segala perbedaan yang dimilikinya. Dengan nilai keihlasan yang dimiliki setiap pelatih olahraga disabilitas di seluruh Indonesia maka hal ini akan berperan besar terhadap kesuksesan Indonesia di masa depan dengan prestasi yang semakin mengkilap pada berbagai ajang olahraga disabilitas internasional.

B. Kesabaran

Pelatih harus mampu berperan penting sebagai seorang teman dekat di luar lapangan dan pelatih di lapangan. Apabila pelatih dapat melakukan hal ini maka pelatih mampu memahami paralimpian secara utuh dalam berbagai kondisi, baik dalam proses latihan ataupun kehidupan pribadi paralimpian. Hal ini disebabkan karena setiap paralimpian memiliki kepribadian dan karakter yang berbeda antara satu dan lainnya dengan segala macam keunikannya.

Dalam perbedaan itulah, para pelatih disabilitas tentunya harus menggali potensi yang paralimpian miliki. Ketika seorang insan disabilitas memutuskan untuk bergabung pada klub ataupun olahraga disabilitas yang mereka sukai, maka sebagian besar insan disabilitas telah mampu menerima ikhlas menerima keadaan dirinya. pada tahap awal belajar berlatih olahraga disabilitas mungkin banyak permasalahan yang dialami oleh pelatih dan juga insan disabilitas. Oleh karena itu, peran pelatih harus ekstra sabar melatih calon paralimpian. Adakalanya melatih atlet nondisabilitas saja butuh kesabaran, apalagi melatih insan disabilitas dengan berbagai macam karakteristik yang dimilikinya.

Pelatih yang sabar lebih berpeluang membuat paralimpian berprestasi secara optimal. Kesabaran tidak hanya diterapkan di awal melainkan dalam seluruh proses latihan. Dengan kesabaran yang dimiliki pelatih olahraga disabilitas maka hal ini membuat suasana hati paralimpian menjadi nyaman dan tenang dalam proses latihan dan di luar lapangan. Namun kesabaran yang diterapkan oleh pelatih perlu digarisbawahi dengan nilai keteguhan sehingga kesabaran yang dimiliki pelatih tidak disalahgunakan oleh paralimpian.

Kesabaran yang dimiliki seseorang itu ada tingkatannya. Hampir semua orang bisa sabar, namun adakalanya seseorang tidak sabar dalam situasi tertentu. Apalagi bila pelatih memiliki ambisi untuk menjadikan paralimpian berprestasi tinggi. Bila pelatih tidak sabar dalam menempuh proses dalam meraih prestasi maka sangat mungkin pelatih akan tersinggung, sensitif dan mudah marah akibat ketidaksesuaian kemajuan atau prestasi paralimpian dengan harapan pelatih. Oleh karena itu, pelatih harus bisa mengontrol suasana hatinya dengan baik kalau ingin paralimpian berprestasi secara optimal. Pelatih sedapat mungkin berusaha untuk mengatur dan menata suasana hatinya dengan baik, dalam berbagai waktu dan situasi, agar ia selalu konsisten dalam menjalankan nilai kesabaran.

C. Empati

Pelatih idealnya berusaha mampu memposisikan dirinya sama dengan posisi paralimpian. Ia merasakan bila berada dalam posisi paralimpian dengan berbagai kondisi yang dimiliki paralimpian. Hal ini memang tidak mudah, namun pelatih

olahraga disabilitas harus berusaha mempraktekkan nilai empati dengan baik.

Para pelatih disabilitas harus berpikir secara jernih, apakah paralimpian mampu atau tidak melakukan porsi latihan yang telah ia berikan. Di posisi inilah pelatih berusaha memahami paralimpian dan berusaha memberikan porsi latihan yang tepat untuk masing-masing paralimpian. Selain itu, pelatih olahraga disabilitas harus memahami empati perasaan dan emosi paralimpian yang dapat berubah-ubah tergantung situasi dan kondisi lingkungan disekitar. Dengan adanya empati maka pelatih dapat menciptakan suasana yang nyaman bagi paralimpian.



Gambar 9.1. Nilai empati sangat penting untuk membangun hubungan yang erat antara pelatih olahraga disabilitas dan paralimpian

Sumber: <https://www.emotivebrand.com/empathy/>

Rasa nyaman sangat penting bagi paralimpian dalam menjalankan proses latihan. Dengan rasa nyaman maka paralimpian dapat mengembangkan kemampuan dan potensinya secara optimal. Maka dari itu pelatih harus mampu membuat paralimpian merasa nyaman di lapangan maupun di luar

lapangan. Memang hal ini tidak instan dan membutuhkan proses bertahap dari waktu ke waktu. Namun jiwa empati pelatih dapat dibangun secara otomatis ketika ia berusaha untuk mengembangkan nilai tersebut secara konsisten.

D. Ketulusan

Pemberian ketulusan pada insan disabilitas merupakan hal yang penting dilakukan oleh pelatih olahraga disabilitas. Hal ini disebabkan karena para insan disabilitas membutuhkan perhatian dan pengakuan dari orang di sekitarnya dengan baik. Ketulusan seorang pelatih akan membawa paralimpian lebih maju dan lebih percaya diri dengan apa yang mereka lakukan.

Ketulusan hati harus dijiwai sungguh-sungguh oleh seorang pelatih olahraga disabilitas. Ketulusan tidak hanya dilakukan dengan cara memberikan paralimpian perhatian saja, melainkan memberikan apa yang mereka butuhkan dalam proses latihan. Salah satu kunci kesuksesan setiap paralimpian yaitu adanya ketulusan seorang pelatih olahraga disabilitas dalam melakukan pembinaan prestasi.

Setiap pelatih tentu memiliki nilai ketulusan yang berbeda satu dan lainnya, tergantung sudut pandang yang dimiliki masing-masing pelatih terhadap proses latihan olahraga disabilitas. Meskipun demikian, pelatih olahraga disabilitas harus secara konsisten meningkatkan nilai ketulusan yang persentasenya harus semakin besar seiring dengan kematangan diri pelatih tersebut. Oleh sebab itu, penting bagi pelatih olahraga disabilitas untuk selalu mengembangkan nilai-nilai ketulusan dalam proses melatih olahraga disabilitas secara konsisten agar secara

otomatis ia akan memiliki jiwa yang tulus dalam melatih olahraga disabilitas.

E. Kejujuran

Pelatih dan paralimpian harus sama-sama bersikap terbuka dan jujur tentang apa yang mereka rasakan selama proses program latihan. Agar dapat berjalan dengan seimbang, maka pelatih olahraga disabilitas harus memberikan kesempatan insan disabilitas untuk menunjukkan apa dapat ia lakukan dengan baik tanpa dinilai atau dihakimi. Dari situasi tersebut maka secara tidak langsung akan membangun pemahaman dan ikatan yang kuat antara pelatih dan paralimpian. Apabila hal ini bisa terwujud, maka mereka akan bisa terbuka tentang apa yang mereka alami, sehingga proses latihan, situasi di dalam dan di luar lapangan dapat dipahami secara utuh untuk menciptakan lingkungan yang menyenangkan bagi paralimpian untuk berprestasi.

Dari pendekatan tersebut maka pelatih dan paralimpian dapat bekerjasama secara nyata di lapangan untuk merancang target program latihan dengan baik dan mampu dilaksanakan paralimpian secara optimal dan penuh kesungguhan serta menghindari resiko terjadinya cedera¹. Hal ini disebabkan karena kejujuran yang dipraktekkan oleh pelatih dan paralimpian di setiap kondisi akan berdampak otomatis pada sikap di dalam dan di luar lapangan.

Dengan adanya kejujuran antara pelatih dan paralimpian maka membuat pelatih olahraga disabilitas lebih bisa memahami dan memberikan program latihan yang tepat untuk paralimpian. Apabila mereka dapat bekerjasama dengan baik, niscaya prestasi akan meningkat. Kejujuran adalah kunci seseorang

untuk berkomunikasi secara lancar pada setiap insan disabilitas. Kejujuran setiap pelatih tentu akan membangun semangat membangun prestasi paralimpian sebab mereka merasa dihargai dengan baik.

Namun kejujuran juga ada porsinya tersendiri, tergantung dengan situasi dan kondisi. Tidak semua orang bisa bertindak jujur, namun sebaiknya pelatih olahraga disabilitas mampu dan mau contoh kejujuran dengan baik kepada paralimpian. Hal ini penting untuk dilakukan agar ke depan mereka dapat mencontoh kejujuran yang ditanamkan oleh pelatihnya. Untuk dapat mengembangkan nilai kejujuran maka penting bagi pelatih dan paralimpian untuk mengembangkan sikap saling percaya.

F. Integritas

Arti integritas adalah kualitas diri seseorang yang memiliki nilai-nilai kejujuran, komitmen, bertanggung jawab atas pekerjaannya, menepati setiap ucapan, setia, menghargai setiap waktunya, dan memiliki prinsip hidup dan nilai-nilai kehidupan. Dari penjabaran tersebut maka integritas harus dimiliki oleh setiap pelatih olahraga disabilitas.

Seseorang insan disabilitas berlatih pada pertama kali maka awalnya akan menjadi pusat perhatian banyak orang. Saat insan yang baru terlibat didalam olahraga disabilitas tentu memiliki pengalaman gerak yang masih sedikit. Hal ini tentu akan membuat insan disabilitas tersebut cenderung malu dan tidak percaya diri untuk tampil di depan umum. Hal ini akan berpengaruh pada mental seorang insan disabilitas.

Apabila pelatih memiliki jiwa integritas yang tinggi maka hal tersebut dapat diatasi dengan baik. Ketika pelatih

mendapatkan calon paralimpian maka ia akan memberikan pengalaman baru yang positif untuk insan disabilitas tersebut agar kelak ia mampu latihan dengan rutin dan mau bekerja keras untuk mencapai tujuan prestasi. Apabila pelatih disabilitas memiliki jiwa integritas yang kuat maka akan lebih mudah untuk menjadikan paralimpian berprestasi lebih baik.

G. Penerimaan

Apabila pelatih mendapatkan calon paralimpian dengan berbagai jenis kondisi maka sebaiknya pelatih olahraga disabilitas menerimanya dengan lapang dada. Logikanya bila seorang insan disabilitas saja mampu menerima kondisi pelatih, maka selayaknya pelatih juga harus mampu menerima keadaan calon paralimpian tersebut. Untuk dapat memiliki nilai penerimaan yang baik terhadap insan disabilitas maka penting terlebih dulu memiliki nilai keikhlasan, kesabaran dan empati. Dengan modal ketiga nilai tersebut akan dapat dibentuk nilai penerimaan. Apabila pelatih olahraga disabilitas mampu memiliki nilai penerimaan secara total pada insan disabilitas niscaya ia akan mampu memberikan yang terbaik untuk insan disabilitas agar kelak ia dapat berprestasi secara optimal.

H. Kerahasiaan

Kerahasiaan bukan berarti merahasiakan jati diri, melainkan merahasiakan hal-hal yang menyangkut privasi dan informasi berbahaya menyangkut diri paralimpian. Pelatih harus mampu menjaga rahasia yang telah diberikan paralimpian, misalnya masalah hidup, kehidupan pribadi, aib serta keburukan yang dimiliki paralimpian. Hal ini penting dilakukan oleh pelatih

olahraga disabilitas sebab paralimpian telah mempercayakan rahasianya kepada orang terdekat yaitu pelatih yang bukan hanya dianggap sebagai pelatih olahraga disabilitas di lapangan, namun juga sebagai teman atau bahkan orang tua di luar lapangan.

I. Individualisasi

Saat mendapatkan paralimpian yang baru bergabung dengan cabang olahraga, tentu menjadi kejutan dan tantangan tersendiri pada pelatih olahraga disabilitas dalam cabang olahraga manapun. Tak dapat dipungkiri masing-masing paralimpian memiliki kemampuan fisik, mental serta karakter yang berbeda satu dan lainnya.

Tujuan utama pelatih olahraga disabilitas yaitu memberikan pengalaman yang menyenangkan dan optimal kepada paralimpian melalui program latihan dalam mencapai tujuan prestasi. Untuk itu, pelatih olahraga disabilitas perlu melakukan pendekatan secara individu atau per orang kepada masing-masing paralimpian melalui komunikasi empat mata agar terbangun hubungan yang baik antara pelatih dan paralimpian.

Pelatih harus intens dalam memberikan praktek dan penjelasan lisan secara individu kepada masing-masing paralimpian sebab seorang insan disabilitas terkadang sulit memahami dan menerima apa yang disampaikan oleh pelatih. Untuk itu, kadang diperlukan pengulangan kata atau kalimat yang disampaikan pelatih sehingga paralimpian memahami secara utuh informasi yang disampaikan oleh pelatih².

Dengan prinsip individualisasi maka pelatih mampu menilai masing-masing paralimpian dan memberikan porsi latihan

yang berbeda antar paralimpian sesuai kondisi masing-masing. Hal ini memang membutuhkan tenaga yang cukup melelahkan karena pelatih harus terjun sendiri untuk menangani hal tersebut, namun hal tersebut harus dilakukan bila pelatih ingin melihat paralimpian meraih prestasi optimal.

J. Sikap tidak menghakimi

Pelatih terkadang sering lupa dengan tujuan awalnya yaitu mendidik dan mengembangkan bakat paralimpian. Kebanyakan pelatih lebih memfokuskan untuk prestasi paralimpian yang dibuktikan dengan raihan medali dan podium, namun pada sisi tersebut pelatih sering kali lupa pada tujuan awalnya, bahwa paralimpian harus memiliki pola didikan yang baik yang dibangun oleh pelatih dari waktu ke waktu. Salah satu nilai didikan yang baik yaitu sikap tidak menghakimi. Prestasi dan perilaku yang baik yang telah diajarkan pelatih akan membuat paralimpian lebih sukses untuk kehidupannya di masa depan.

Bukan hanya insan disabilitas, terkadang emosi insan nondisabilitas juga tidak stabil, ada saatnya mereka lelah dan marah. Hal ini juga sering terjadi pada pelatih semua cabang olahraga, sehingga tanpa disadari sikap pelatih rentan menghakimi olahragawan atau paralimpian. Dampak dari situasi ini dapat dikatakan baik atau buruk, tergantung situasinya. Apabila pelatih marah terhadap latihan yang tidak kunjung berprestasi, tidak semestinya paralimpian yang disalahkan. Melainkan pelatih juga perlu bertanya pada diri sendiri apakah program latihan yang ia berikan sudah tepat?

Sikap menghakimi dan mencari kesalahan tidak akan berujung baik terhadap prestasi paralimpian. Insan disabilitas

perlu dukungan penuh pelatih terhadap apa yang mereka lakukan di saat latihan dan pertandingan. Apabila pelatih selalu emosi dan mencari-cari kesalahan maka hal tersebut membuat takut dan bingung paralimpian. Memang adakalanya pelatih harus bertindak tegas terhadap paralimpian, namun dengan catatan bahwa tegas tersebut tidak menghakimi perjuangan yang telah dilakukan paralimpian dalam upaya meraih prestasi.

Pelatih dan paralimpian telah melalui proses latihan yang berlangsung lama, tentu semua ingin mencapai prestasi yang terbaik, namun adakalanya harapan tidak sesuai dengan kenyataan. Jadi tidak sepantasnya pelatih punya sifat menghakimi paralimpian namun justru berupaya untuk mampu menerima keadaan tersebut dengan besar hati.



Gambar 9.2. Sikap menghakimi seseorang akan membuat ia rendah diri dan patah semangat

Sumber: <https://www.inc.com/thomas-koulopoulos/one-thing-great-leaders-like-tony-robbins-do-and-you-should-too.html>

Pastikan bahwa yang dilatih harus merasa nyaman. Dengan bersikap tidak menghakimi maka pelatih telah menciptakan lingkungan latihan yang kondusif dan menyenangkan bagi paralimpian dalam mendukung proses

latihan yang optimal. Fakta telah menunjukkan bahwa telah banyak olahraga disabilitas yang mampu membanggakan Indonesia di berbagai level internasional. Oleh sebab itu pelatih harus bisa memberikan upaya yang terbaik untuknya agar dapat membawa prestasi olahraga disabilitas Indonesia.

K. Rasional

Rasional adalah sikap pola pikir dan bertindak sesuai dengan logika. Semua pelatih yang baik harus memiliki sikap yang rasional, bukannya emosional. Pelatih harus bersikap rasional dalam menghadapi berbagai situasi dan kondisi. Saat paralimpian bertanding, pelatih harus memiliki cara untuk mengetahui kelemahan lawan bertanding agar pelatih mempunyai petunjuk dan saran bagi paralimpian untuk menghadapi lawan agar ia dapat memperoleh kemenangan.

Salah satu triknya yaitu dengan merekam video ketika paralimpian dan lawan sedang bertanding. Hal ini akan menjadikan bahan evaluasi untuk pelatih dan paralimpian. Pelatih harus punya logika yang kuat agar mampu mencari solusi untuk memperbaiki prestasi paralimpian. Logika dan kecerdasan harus dimiliki oleh pelatih dan juga paralimpian dalam meraih prestasi.

Olahraga disabilitas pasti membutuhkan alat bantu khusus untuk menunjang performa paralimpian saat latihan maupun pertandingan. Kalau logika pelatih berjalan dengan baik di dalam proses latihan maka pelatih dapat membeli, membuat atau menggunakan alat bantu untuk menunjang dalam proses latihan sehingga mampu mempersiapkan diri paralimpian secara optimal dalam menyongsong pertandingan.

L. Kerja Keras

Nasib dapat diubah bila seseorang memiliki mental untuk selalu bekerja keras, sikap pantang menyerah dan berlaku konsisten dari waktu ke waktu. Awalnya seorang insan disabilitas tidak tahu caranya untuk melakukan setiap gerakan latihan, tetapi pelatih dengan sabar mengajarkan paralimpian agar mereka bisa menjalankan program latihan dengan baik. Maka nasib tersebut berubah dengan cara berproses yang awalnya adalah seorang insan disabilitas sekarang menjadi paralimpian.

Nilai dasar tentang kerja keras ini harus dimiliki oleh pelatih manapun. Apabila pelatih kembali ke tujuan awal untuk mendidik dan membawa paralimpian bisa berprestasi maka semua itu akan terwujud. Memang ada orang tua yang mengkhawatirkan kondisi insan disabilitas, namun mereka juga punya hak untuk berprestasi layaknya seperti insan nondisabilitas lainnya, dimana mereka dapat memberikan kebanggaan bagi Indonesia melalui prestasi olahraga disabilitas. Pelatih harus mampu mendidik sikap mental para paralimpian yang dilatihnya untuk selalu yakin dan percaya bahwa nasib dapat diubah menjadi lebih baik bila memiliki kesungguhan untuk belajar dan bekerja keras secara konsisten.

M. Non diskriminasi

Pengertian diskriminasi adalah perilaku yang tidak adil terhadap seseorang. Pelatih olahraga disabilitas tidak boleh mempunyai sikap seperti ini. Semua orang pada prinsipnya sama saja, Hal yang berbeda antara insan disabilitas dengan insan nondisabilitas yaitu adanya hal yang berbeda dalam kondisi visual, intelektual dan fisik.

Semua pelatih tidak boleh membeda-bedakan paralimpian meski paralimpian memiliki jenis dan tingkat disabilitas yang berbeda antar satu dan lainnya. Semua paralimpian memiliki bakat yang berbeda-beda dengan keunikan masing-masing. Tugas pelatih adalah memperlakukan paralimpian secara setara tanpa membedakan satu dengan lainnya serta mampu bersikap adil.



Gambar 9.3. Contoh ilustrasi tindakan diskriminasi

Sumber: <https://www.muslimahnews.com/2019/07/25/diskriminasi-spasial/>

Diskriminasi akan membuat paralimpian menjadi tidak nyaman dan hal ini rentan berdampak pada penurunan prestasi. Karakter dan pola perilaku paralimpian pasti sangat berbeda antar satu dan lainnya, namun bukan berarti seorang pelatih harus membeda-bedakan perhatian kepada masing-masing paralimpian tersebut. Apabila pelatih selalu membeda-bedakan paralimpian maka hal ini akan menjadi momok dalam upaya

pengembangan potensi tersebut dalam meraih prestasi optimal. Oleh sebab itu penting bagi pelatih olahraga disabilitas untuk memperlakukan para paralimpian secara adil dan merata tanpa membanding-bandingkan antara satu dan lainnya sehingga paralimpian merasa dalam lingkungan yang nyaman dan kondusif dalam upaya untuk meraih prestasi optimal.

N. Kepedulian

Pelatih laksana seperti orang tua yang berada di lapangan dan di luar lapangan. Insan disabilitas memiliki tujuan dan harapan yang besar ketika mereka mulai memasuki program olahraga untuk pertama kalinya. Disitulah letak pentingnya peran kepedulian pelatih disabilitas untuk keberlangsungan prestasi insan disabilitas. Pada dasarnya setiap insan disabilitas bekerja keras ingin menjadi juara.

Sebagai pelatih olahraga disabilitas yang baik maka ia harus peduli terhadap keberlangsungan prestasi paralimpian. Dalam setiap perlombaan ataupun pertandingan, ada saatnya menang dan juga kalah, hal ini tentu wajar dialami oleh paralimpian. Tetapi ketika paralimpian tidak bisa menjadi juara, sebaiknya pelatih tetap memberikan dukungan dan kepedulian untuk paralimpian tersebut. Dalam proses tersebutlah, paralimpian perlu melewati masa-masa sulit untuk mendapatkan pengalaman yang lebih baik dari sebelumnya.

Seorang paralimpian tentu akan lebih belajar secara bertahap untuk menjadi seorang juara. Oleh sebab itu kepedulian seorang pelatih jelas sangat berpengaruh terhadap prestasi paralimpian. Memang seorang paralimpian akan kesulitan menghadapi situasi baru, cara berkomunikasi dengan orang

asing, dan atau menghadapi program latihan yang sama sekali belum mereka rasakan. Disinilah letak peran pelatih olahraga disabilitas untuk mendorong semangat dan memotivasi mereka untuk mencapai prestasi terbaiknya.

O. Respek

Sebagai seorang pelatih olahraga disabilitas yang baik maka ia harus mampu bersikap hormat terhadap siapapun juga³. Pelatih tidak boleh menyombongkan kehebatannya dan menganggap rendah orang lain. Pelatih harus menghormati paralimpian yang mengalami keterbatasan dengan berbagai kondisi. Dengan begitu maka paralimpian akan hormat terhadap pelatihnya.

Salah satu capaian prestasi yang baik seorang pelatih olahraga disabilitas yaitu dilihat dari bagaimana cara mereka mendidik seseorang paralimpian untuk dapat menghargai semua orang dan mampu menjalankan semua proses latihan dengan baik. Selain itu, dalam situasi pertandingan, pelatih harus mampu menghormati perjuangan paralimpian karena telah berusaha keras untuk memberikan yang terbaik, tak peduli menang atau kalah.

P. Komunikatif

Salah satu ciri pelatih olahraga disabilitas yang baik yaitu mampu bersikap komunikatif terhadap para paralimpian. Apabila komunikasi dapat berjalan baik, maka program dan proses latihan yang diberikan akan berjalan baik. Dalam berkomunikasi tentang program latihan maka pelatih harus mampu merangkum

secara singkat dan jelas tentang apa saja program yang akan diberikan pada paralimpian.

Manfaat dari komunikasi yang baik yaitu munculnya sikap saling memahami satu sama lain. Pelatih yang mampu menjalin komunikasi dengan baik akan menjadikan suasana latihan menjadi lebih kondusif dalam menunjang prestasi. Dengan komunikasi yang baik, pelatih akan mengetahui latar belakang dan masa lalu yang dialami paralimpian sehingga pelatih dapat memberikan program dan perlakuan yang tepat untuk paralimpian tersebut.

Pelatih harus berperan aktif untuk menjalin komunikasi dengan dengan paralimpian. Melalui komunikasi yang intensif maka pelatih akan mendapatkan jawaban, mengapa paralimpian memilih cabang olahraga yang mereka tekuni untuk saat ini serta mengetahui harapan dan impian mereka. Dengan komunikasi yang terbuka antara pelatih dan paralimpian maka pelatih dapat menyusun pendekatan dan program yang tepat bagi paralimpian dalam upaya pencapaian prestasi optimal.

Q. Komitmen

Komitmen wajib dimiliki dalam menjalankan pekerjaan dan profesi apapun, tidak terkecuali pelatih olahraga disabilitas. Apabila seseorang telah memilih untuk menjadi pelatih olahraga disabilitas maka ia harus berkomitmen untuk terus membantu paralimpian untuk berprestasi dengan menunjukkan bakat yang dimilikinya. Komitmen yang wajib dimiliki pelatih olahraga disabilitas yaitu sikap pantang menyerah dan tidak goyah menghadapi pendapat atau penilaian orang lain untuk, selama sikap yang dilakukannya memang telah benar dan sesuai aturan

dalam upaya untuk memajukan prestasi olahraga disabilitas dengan menggunakan cara-cara yang sportif.

Sumber daya manusia pelatih olahraga disabilitas tentunya tidak sebanyak jumlah pelatih olahraga nondisabilitas. Salah satu faktor terkait permasalahan tersebut yaitu menangani insan disabilitas tentu jauh lebih berbeda dibandingkan insan nondisabilitas pada umumnya, dimana dibutuhkan ekstra kesabaran dan keikhlasan dalam membantu pengembangan potensi dan bakat insan disabilitas tersebut.

R. Kumpulan Nilai Yang Wajib Dimiliki Pelatih Olahraga Disabilitas

Untuk menjadi pelatih olahraga disabilitas yang ideal tentu bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan. Pelatih perlu untuk membuka diri dan ikhlas untuk mengembangkan nilai-nilai positif dalam berhubungan dengan insan olahraga disabilitas.

Banyak hal yang harus diperhatikan, dilakukan, dan diperbaiki oleh para pelatih olahraga disabilitas. Cara terbaik bagi pelatih yang komitmen untuk melatih insan disabilitas yaitu membangun nilai-nilai yang dibutuhkan untuk menjadi pelatih olahraga disabilitas yang ideal. Untuk menjadikan paralimpian berprestasi bukanlah pekerjaan mudah yang dapat dilakukan dalam waktu yang singkat. Hal ini tentu akan menjadi tantangan tersendiri bagi pelatih olahraga disabilitas. Oleh sebab itu untuk meretas jalan kesuksesan dalam olahraga disabilitas maka pelatih harus memiliki dan selalu mengembangkan nilai-nilai berikut, antara lain:

1. Keikhlasan
2. Kesabaran

3. Empati
4. Ketulusan
5. Kejujuran
6. Integritas
7. Penerimaan
8. Kerahasian
9. Individualisasi
10. Sikap tidak menghakimi
11. Rasional
12. Kerja keras
13. Non diskriminasi
14. Kepedulian
15. Respek
16. Komunikatif
17. Komitmen

S. Rangkuman

1. Untuk menjadi pelatih olahraga disabilitas yang ideal maka seseorang haruslah belajar untuk menjalankan nilai-nilai dasar yang wajib dimiliki oleh pelatih olahraga disabilitas.
2. Nilai-nilai dasar yang wajib dimiliki pelatih olahraga disabilitas antara lain keikhlasan, kesabaran, empati, ketulusan, kejujuran, integritas, penerimaan, kerahasian, individualisasi, sikap tidak menghakimi, rasional, kerja keras, non diskriminasi, kepedulian, respek, komunikatif dan komitmen.

Daftar Pustaka

Bhambhani, Y. Higgs, C. Training athletes with physical disability.
Canada.

Sport Coach UK. Disability tips. England.

Coach CA. Coaching athletes with a disability. Canada: 2011.

GLOSARIUM

Anestasi	: pembiusan pada manusia
Anoxia	: kondisi tubuh yang kehabisan oksigen
Anoxia Prenatal	: aboxia sebelum proses kelahiran/dalam kandungan
Ataxia	: gangguan gerakan tubuh karena adanya masalah pada otak.
Athetosis	: jenis cerebral palsy dengan gerakan yang tidak terkontrol.
Bench Press	: bangku/tempat untuk aktivitas latihan beban
Cerebral Palsy	: penyakit yang menyebabkan gangguan pada gerakan dan koordinasi tubuh.
Classifier	: petugas klasifikasi dalam olahraga disabilitas
Compound	: jenis busur dalam panahan
Diphtheria	: infeksi bakteri pada hidung dan tenggorokan
Diskriminasi	: sikap membedakan individu satu dan lainnya
Duo	: dua orang/pasangan
Empati	: sikap mampu menempatkan diri dalam posisi orang lain.
Encephalitis	: peradangan pada otak
Hemiplegia	: kondisi dimana salah satu sisi tubuh tidak dapat digerakkan sama sekali/lumpuh.
Hydrocephalus	: penumpukan cairan pada otak yang meningkatkan tekanan pada otak.

Hypertonia	: peningkatan ketegangan otot yang berlebihan/di atas normal.
impaired muscle power	: kekuatan otot yang tidak seimbang antara bagian kanan dan kiri.
Range of movement	: ruang gerak sendi dan/atau otot
Impairment	: gangguan/kedisabilitas
Insan	: penyandang / orang
Integritas	: sikap
IQ	: intelegensi intelektual
Jack	: bola putih yang menjadi sasaran dalam boccia
Judoki	: paralimpian judo
Kondisi Shock	: mengalami kondisi yang kaget yang mendalam
Limb Deficiency	: kondisi tangan dan/atau kaki yang tidak tumbuh seperti pada biasanya/disabilitas.
Meningitis	: radang pada lapisan pelindung otak
Multi event	: even kejuaraan olahraga yang terdiri dari berbagai cabang olahraga
Neurologi	: ilmu kedokteran yang berhubungan dengan otak dan sistem saraf.
Overhead	: posisi di atas kepala
Paralimpiade	: multi event olahraga disabilitas terbesar di dunia
Paralimpian	: atlet olahraga disabilitas
Paralympic	: paralimpiade
Paraplegia	: ketidakmampuan untuk menggerakkan kedua tungkai kaki dan organ panggul
Partusis	: batuk rejan

Poliomielitis	: penyakit menular akibat virus polio
Prostesis	: alat bantu buatan untuk menggantikan anggota tubuh yang tidak ada untuk menunjang aktivitas sehari-hari.
Recurve	: jenis busur dalam panahan
Respek	: sikap menghormati orang lain dengan penuh ketulusan
Spina Bifida	: cacat lahir yang ditandai dengan terbentuknya celah atau defek pada tulang belakang dan saraf tulang belakang bayi.
Tetraplegia	: penurunan kemampuan motorik atau fungsi sensorik dari gerak tubuh
Underhead	: posisi dibawah kepala

INDEKS

A

Asia : 113, 114, 115, 119, 120, 121

Asia Tenggara : 114, 115, 121

Atlet : 4, 7, 9, 51, 113, 136

C

Cabang olahraga : 6, 12, 16, 23, 27, 39, 40, 41, 48, 49, 52, 53,
61, 62, 64, 65, 67, 84, 85, 86, 90, 91, 93, 95,
104, 107, 127, 131, 132, 143, 144, 151,

Cacat : 1, 2, 9, 18, 19, 22, 128, 129, 130, 131, 132

D

Daksa : 13, 17, 28, 29, 33, 34, 37

Disabilitas : 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17,
18, 19, 20, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32,
33, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 44, 45, 46, 47, 48,
49, 50, 52, 53, 55, 56, 60, 63, 66, 67, 70, 82, 83,
84, 86, 92, 112, 113, 114, 115, 116, 118, 119,
121, 122, 123, 124, 126, 127, 128, 131, 132, 133,
134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143,
144, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153.

Dunia : 13, 14, 15, 16, 17, 21, 55, 69, 95, 112, 113, 115,
116, 118, 124, 127, 156.

E

Eligible : 41, 46, 47, 48, 49, 51.

Elit : 11, 13, 16, 73, 74, 86.

Empati : 137, 138, 139, 142, 153.

I

Indonesia : 1, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 48, 49, 57, 104, 107, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 121, 122, 123, 124, 125.

Intelektual : 1, 2, 9, 29, 30, 31, 33, 34, 37, 38, 41, 46, 53, 54, 86, 90, 147.

IPC : 16, 18, 19, 21, 22, 50, 51, 108, 109, 110, 111, 117, 118, 119, 121, 124, 125.

K

Klasifikasi : 27, 30, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 47, 48, 49, 50, 67.

Kelas : 37, 38, 39, 49, 52, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103.

Kejuaraan : 5, 6, 13, 15, 16, 38, 47, 48, 49, 50, 127, 130, 132.

M

Menang : 24, 149, 150.

Multi event : 11, 13, 14, 16, 112, 113, 114, 115, 116.

N

Netra : 15, 25, 26, 27, 33, 34, 37, 38, 53, 63, 66, 67.

Nilai : 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 147, 151, 152.

Non Eligible : 47, 48, 49.

Nondisabilitas : 3, 4, 7, 9, 20, 22, 60, 63, 67, 70, 82, 83, 84, 86,
112, 113, 114, 115, 135, 136, 144, 147, 152.

NPC : 5, 10, 11, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 51, 117, 121, 122,
123, 124, 125.

O

Organisasi : 5, 6, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 118, 119,
121, 122, 123, 124, 128, 129, 130, 131, 132.

Olahragawan : 7, 13, 130, 131, 132, 144.

P

Paralimpian : 4, 5, 7, 8, 9, 13, 16, 20, 22, 37, 38, 39, 40, 41,
43, 44, 47, 48, 49, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59,
60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72, 73,
74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86,
87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99,
100, 101, 102, 103, 103, 112, 113, 114, 115, 135,
136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145,
146, 147, 148, 149, 150, 151, 152.

Paralimpik : 12, 16, 23, 49, 113, 114, 115, 116, 120, 122.

Para games : 8, 113, 114, 115, 116, 120, 121.

Pelatih : 5, 6, 128, 129, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141,
142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151,
152, 153.

R

Rekreasi : 2, 3, 4, 5, 6, 7 10, 12, 13, 19, 129, 130, 131.

Rungu Wicara : 31, 33, 48, 49, 51.

Rugby : 99, 100, 111.

U

Undang-Undang : 1, 2, 9, 126, 131.

Y

YPOC : 18, 22.

Tentang Penulis



Kunjung Ashadi lahir di Malang, 08 September 1981. Penulis menyelesaikan S-1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga di Universitas Negeri Surabaya pada tahun 2005. Selanjutnya pada tahun 2011 berhasil menyanggah gelar magister Fisiologi Olahraga pada program studi S-2 Fisiologi Olahraga di Universitas Udayana. Pada tahun 2015 mengambil short course di New Zealand Institute of Sport, Wellington, Selandia Baru pada bidang Personal Training.

Dalam dunia olahraga disabilitas Indonesia, penulis terlibat aktif dalam beberapa proses tahapan menuju hingga pelaksanaan Asian Para Games - Indonesia 2018, antara lain: mengikuti Pelatihan Classifier Olahraga Disabilitas, Guidelines Para Games – Asian Paralympic Committee Review Project, Finalisasi Penyusunan Technical Handbook Klasifikasi, Badminton Classification and Workshop National Classifier Pada Indonesia Para Games Invitational Tournament, serta sebagai Classifier (National Observer) pada cabang olahraga Para Badminton Asian Para Games - Indonesia 2018.

Semenjak tahun 2006, Kunjung Ashadi berprofesi sebagai dosen pada Fakultas Ilmu Olahraga – Universitas Negeri Surabaya dengan melakukan rutinitas Tri Dharma Perguruan Tinggi meliputi pengajaran, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat di bidang olahraga. Selain itu, penulis juga menjadi pengurus organisasi olahraga, pemateri/penyaji pada berbagai seminar dan pelatihan di bidang olahraga dalam berbagai level di Indonesia.

KONTAK

Buku “ Olahraga Disabilitas”

Apabila anda berminat untuk memberikan saran, mengajukan pertanyaan, diskusi, kerjasama, rencana penelitian bersama atau kebutuhan sebagai pemateri atau kepentingan positif lainnya maka silahkan mengirimkan pesan anda ke email atau WhatsApps:



kunjungashadi@unesa.ac.id



WhatsApp

081 931 611 612