

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1.Simpulan

- Atlet disabilitas cenderung memiliki makna hidup dengan tipe *existentially indifferent*, yaitu penghayatan kebermaknaan (*meaningfulness*) dan penghayatan ketidak-bermaknaan (*crisis of meaning*) dalam hidupnya sama-sama tergolong rendah, dan juga tipe makna hidup *conflicting* dengan *meaningfulness* dan *crisis of meaning* yang sama-sama tergolong tinggi. Hal ini berarti mayoritas atlet disabilitas belum mampu menangkap nilai-nilai kebermaknaan dari pengalaman hidup mereka ataupun belum secara global mengevaluasi pengalaman hidupnya lebih konsisten ke arah positif bermakna.
- Sumber-sumber makna hidup yang signifikan tinggi atau lebih banyak menjadi orientasi yang mendasari tindakan atlet disabilitas adalah *social commitment, freedom, self-knowledge, dan development*. Sementara sumber-sumber makna hidup yang signifikan rendah atau cenderung kurang menjadi orientasi yang mendasari tindakan atlet disabilitas adalah *explicit religiosity, generativity, creativity, knowledge, dan fun*.
- Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup atlet disabilitas di NPCI kota Bandung adalah faktor usia dan status pendidikan. Selain itu, faktor lain yang turut terkait terhadap kebermaknaan adalah

lamanya menyandang cacat dan lamanya menjadi atlet di NPCI kota Bandung.

5.2.Saran

5.2.1. Saran Teoretis

- Bagi penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bila ingin melakukan penelitian mengenai makna hidup pada populasi atlet penyandang disabilitas.
- Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan perhitungan tabulasi silang antara dimensi makna hidup dengan sumber-sumber makna hidup untuk melihat asosiasi antar level-level hirarki pembentukan makna.
- Penelitian selanjutnya juga disarankan memilih sampel dengan karakteristik yang lebih homogen, seperti memilih salah satu jenis disabilitas atau membatasi tingkat pendidikan dan usia dari atlet disabilitas yang menjadi sampel.

5.2.2. Saran Praktis

- Bagi atlet disabilitas, diharapkan untuk mencoba merefleksikan nilai-nilai intrinsik yang selama ini membuatnya tetap bertahan dan berkomitmen sebagai atlet. Meskipun pengalaman sebagai atlet dan berprestasi di olahraga dapat bermakna positif bagi individu, bila

atlet disabilitas hanya melihat nilai-nilai ekstrinsiknya, hanya menganggap pengalaman tersebut sebagai “pengisi waktu luang” atau “batu loncatan” maka kebermaknaan dari pengalaman tersebut juga akan lebih minimal.

- Atlet disabilitas dianjurkan untuk mengikuti kegiatan-kegiatan produktif lainnya di luar keaktifannya di bidang olahraga, seperti kegiatan keterampilan tangan, komunitas-komunitas agama, menjalin hubungan dengan sesama, yang juga merupakan cara untuk menambah pengalaman-pengalaman positif kebermaknaan.
- Bagi pihak pengurus NPCI, disarankan untuk lebih sering melibatkan atlet-atlet di luar ajang pertandingan. Atlet disabilitas juga dapat diikutsertakan dalam aktivitas seperti saat persiapan-persiapan kegiatan di NPCI, memberikan *sharing* pengalaman di dunia olahraga pada siswa-siswa disabilitas, membaca buku-buku terkait pengembangan diri ataupun terkait pengetahuan di cabang olahraga yang diikutinya, dan kegiatan lainnya yang dapat meningkatkan kebermaknaan atlet dalam kelompok besar NPCI.
- Bagi keluarga, tetangga, ataupun teman dari atlet disabilitas, disarankan untuk menunjukkan penerimaan dan memberikan dukungan pada atlet disabilitas. Penerimaan dan dukungan dapat membuat atlet disabilitas lebih merasa bahwa keberadaannya juga berarti bagi orang lain, bahwa hidup mereka bermakna bagi orang-orang yang peduli pada mereka.