

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan sehari-hari tugas utama manusia adalah menjaga tubuh. Penting bagi kita untuk menjaga pola hidup, pikiran, dan kesehatan tubuh. Kesehatan merupakan landasan/dasar kondisi fisik yang sangat diperlukan bagi keberhasilan melaksanakan pekerjaan (Rivai, 2017). Sehat, menurut Departemen Kesehatan dengan bersumber pada Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (dalam Medi 2019) dikatakan bahwa “sehat adalah sejahtera jasmani, rohani dan sosial, bukan hanya bebas dari penyakit, cacat atau kelemahan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016) mengartikan bahwa olahraga merupakan aktivitas untuk melatih tubuh seseorang baik secara jasmani maupun rohani. Semakin sering kita melakukan olahraga, maka akan semakin sehat pula tubuh kita. Selain itu juga dapat membuat tubuh kita tidak mudah terserang berbagai penyakit dan gangguan kesehatan lainnya. Salah satu kegiatan yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuh adalah dengan melakukan olahraga. Rosyidi (2011) menyatakan bahwa olahraga merupakan solusi kegiatan mengolah tubuh supaya dapat menyeimbangkan atau menyetatkan tubuh.

Selain untuk kesehatan, olahraga juga dijadikan sebagai sebuah ajang untuk menunjukkan prestasi. Terlihat dengan adanya latihan – latihan yang dilakukan para atlet untuk memaksimalkan kemampuannya dalam suatu bidang olahraga. Effendi (2016) mengatakan bahwa sasaran dalam suatu pembinaan olahraga adalah mencapai prestasi yang maksimal. Berdasarkan Undang-Undang

Republik Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN), Bab I Pasal (1), (dalam Jamalong, 2014) disebutkan bahwa pengertian olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Sebagai sebuah sarana untuk mencapai kesehatan dan juga prestasi, olahraga memiliki banyak kegiatan dan ragam jenisnya. Seperti bulu tangkis, bola kaki, basket yang merupakan olahraga yang berkaitan dengan suatu benda sebagai sarana utamanya. Selain itu, ada juga olahraga yang langsung bersentuhan dengan alam, seperti panjat tebing, renang, rafting, memancing, serta mendaki gunung.

Menjadi suatu kegiatan olahraga yang bersentuhan langsung dengan alam bebas, menjadikan beberapa kegiatannya disebut sebagai olahraga ekstrim. Olahraga ekstrim adalah cabang olahraga yang mencakup aksi petualangan, resiko, dan kesulitan lebih daripada olahraga yang lain. cabang-cabang olahraganya seperti selancar, selancar layang, berlayar, snowboarding, paralayang, menyelam, mendaki gunung, olahraga motor dan pelepasan adrenalin (dalam Agilonu, 2017).

Olahraga ekstrim didefinisikan sebagai kegiatan rekreasi yang paling memungkinkan hasil kesalahan atau kecelakaan yang salah kelola adalah kematian (Brymer dan Oades, 2009). Olahraga ekstrim, saat ini diminati oleh banyak orang salah satunya adalah mendaki gunung. Kegiatan mendaki gunung seperti ini bukan lagi suatu kegiatan yang langka, tidak lagi hanya dilakukan oleh orang tertentu saja yang menamakan dirinya sebagai kelompok Pencinta Alam,

dan bahkan tidak hanya dilakukan oleh kaum laki-laki saja. Kaum perempuan juga bisa melakukan kegiatan pendakian gunung dengan porsi yang sama. Amal (2018) mengutarakan bahwa pada awalnya pendaki wanita ikut mendaki gunung hanya bermodalkan tas ransel kecil yang berisikan air putih dan perlengkapan pribadinya, pengetahuannya tentang alam juga sedikit.

Salah satu bukti bahwa minat perempuan dalam mendaki gunung adalah, adanya sebuah komunitas pecinta alam yang diberikan nama Wanita dan Gunung, yang berdiri di pertengahan tahun 2015 yang saat itu beranggotakan 64 orang dari seluruh Indonesia (Mariyam, 2017). Jambore Wanita dan Gunung adalah Event besar yang pertama kali diadakan oleh komunitas Wanita dan Gunung. Jambore ini diadakan pada tahun 2016, tepatnya pada tanggal 28-29 Oktober 2016.

Event Jambore yang diikuti oleh pendaki wanita se-Nusantara yang terdiri dari 115 orang peserta yang berasal dari Bali, Manado, Makassar, Medan, Jabodetabek, Banten, Bandung, Tasik, Padang serta berbagai kota lain di seluruh Indonesia (mariyam, 2017). Aktivitas mendaki gunung adalah salah satu kegiatan olahraga yang tergolong ekstrim yang membutuhkan keterampilan, kecerdasan, serta hidup, jalur yang terjal membuat adrenalin terpacu dengan kegiatan ini para pendaki juga lebih dapat membaur dengan alam bebas.

Mendaki gunung merupakan sebuah kegiatan menarik yang bisa menyegarkan pikiran bahkan menjadi hobi bagi banyak orang sekarang ini serta dapat menjadi prestasi yang dapat dibanggakan. Aktivitas mendaki gunung memiliki nilai positif seperti yang diutarakan oleh Abdurrahman (2015) bahwa

Olahraga mendaki gunung mempunyai nilai positif untuk menyalurkan minat dan bakat generasi muda yang senantiasa menginginkan hal-hal baru.

Melalui olahraga mendaki gunung ini generasi muda akan berkembang secara spontan dan dapat dipacu untuk memberikan rangsangan kepada jiwa muda yang suka akan tantangan, keuletan dan ketangkasan serta kemampuan untuk menghadapi tantangan melalui kegiatan yang positif.

Tanpa memperdulikan seberapa berat pendakian atau turunan, tujuannya adalah menemukan kesenangan, tidak menemukan emas, mencapai ketenaran, menemukan tempat tinggi untuk upacara keagamaan, mendapatkan hak untuk memiliki pasangan, dan sebagainya (Christensen & Levinson dalam Fajar dan Lutfi, 2017). Meskipun kegiatan mendaki merupakan kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan dan bersifat positif, ini tidak terlepas dari berbagai bahaya yang terjadi. Kegiatan pendakian gunung yang tergolong olahraga ekstrim ini sangatlah berisiko fatal dari cedera hingga berisiko kematian. Selain memiliki risiko yang berbahaya, kegiatan yang positif tetapi berbahaya ini, cukup banyak menelan korban jiwa.

Balai Besar Taman Nasional Bromo Tengger Semeru (dalam Kompas, 2018) menetapkan jumlah pendaki sebanyak 600 orang per harinya melalui pintu masuk Ranu Pani. Berdasarkan kutipan suara persaudaraan alam semesta Indonesia (dalam Fajar dan Lutfi, 2017) sebagai *forum backpacking atau travelling* pada 13 Juli 2016, mengatakan bahwa dalam dua tahun terakhir dari Januari 2013 sampai dengan April 2015 sebanyak 35 orang korban hilang dan meninggal saat beraktivitas di alam terbuka. Ini artinya, dalam satu bulan aktivitas

di alam terbuka ditemukan satu kasus musibah orang hilang dan korban meninggal dunia. Pada tahun 2017 terjadi 2 kasus kecelakaan di gunung merapi, Sumatera Barat. Pada April 2017 satu dari 10 pendaki gunung merapi terjatuh pada ketinggian 2000 kaki, mengalami luka robek di wajah (Haluan, 2017). Sementara pada Juni 2017, salah satu pendaki hilang dan ditemukan sudah lemas dan kaki terkilir. Pada bulan Februari tahun 2020, salah satu pendaki gunung merapi, terjatuh dan mengalami luka di sekujur tubuh dan kepalanya, serta mengalami hipotermia (Kompas, 2020)

Meski banyak rintangan serta bahaya yang akan dihadapi oleh pendaki, terutama perempuan, mereka tetap memilih dan memutuskan untuk melakukan olahraga ekstrim ini. Sikap dan keputusan para pendaki perempuan ini tergolong ke dalam *risk taking behavior*. Menurut Langewisch dan Frisch (dalam Sukamto, 2013) *risk taking behavior* adalah perilaku yang menempatkan individu dalam suatu risiko, baik itu melibatkan fisik, emosional, sosial, atau finansial.

Pernyataan ini didukung oleh Trimpop (dalam Nurcahyo, 2013), *risk taking behavior* adalah setiap perilaku yang dikendalikan secara sadar, atau tidak disadari dengan ketidakpastian yang dirasakan tentang hasilnya, dan/atau tentang kemungkinan manfaat atau biayanya untuk kesejahteraan fisik, ekonomi, atau psikososial dari diri sendiri atau orang lain.

Seseorang yang merupakan *risk-taker* adalah individu yang sengaja melakukan kegiatan yang berbahaya dan menyadari sepenuhnya akan bahaya itu (Sukamto, 2013). Mendaki gunung juga termasuk dalam *risk-taking behavior* yang dianggap lebih diterima secara sosial. Essau (dalam Fajar, 2017)

menunjukkan bahwa pengambilan resiko tidak hanya mencakup maladaptif mengambil risiko perilaku (misalnya penggunaan narkoba), tetapi juga perilaku berisiko diterima secara sosial (berpartisipasi dalam olahraga yang berbahaya). *Risk-taking behavior* didefinisikan sebagai suatu situasi yang melibatkan individu untuk membuat suatu keputusan yang harus melibatkan berbagai pilihan alternatif yang berbeda, dan hasil dari pilihan yang tidak pasti, dimana terdapat kemungkinan dari adanya suatu kesalahan (Beebe dalam Burgucu, 2010).

Risk-taking behavior sebagai sebuah gagasan perilaku yang dilakukan secara sengaja dan dengan kesadaran. Berdasarkan definisi diatas, *risk-taking behavior* adalah keterlibatan seseorang terhadap perilaku berisiko dengan menimbang berbagai pilihan yang dapat mengarahkan individu pada konsekuensi yang negatif atau tidak pasti.(Fajar dan Lutfi, 2017).

Menurut Lavery, Siegel, dan Cousins & Rubovits (dalam Sukamto, 2013) salah satu faktor penyebab munculnya *risk taking behavior* adalah *sensation seeking*. Menurut pendapat Chandra, dkk (dalam Rusydina, 2018) dorongan mencari sensasi adalah suatu kecenderungan individu untuk mencari pengalaman baru, meningkatkan kegairahan dan mencari rangsangan yang optimal.

Sensation Seeking menurut Zuckerman (dalam Basudewa, 2013) adalah perilaku individu yang cenderung mencari hal-hal yang menggetarkan jiwa dan mengacu pada petualangan, mencari pengalaman baru, tidak suka adanya hambatan, dan kerentanan terhadap rasa bosan.Sedangkan Halonen dan Santrock (dalam Basudewa, 2013) menuliskan bahwa *Sensation Seeking* adalah bentuk kepribadian yang ditandai dengan perilaku yang dimotivasi oleh kebutuhan pada

suatu yang berbeda, baru dan sensasi pengalaman yang lengkap. Seseorang yang memiliki *Sensation Seeking* yang tinggi cenderung untuk lebih termotivasi untuk terlibat dalam perilaku yang berbahaya, pekerjaan yang memiliki risiko berbahaya yang tinggi (misalnya pemadam kebakaran, pilot) dan jenis-jenis olahraga yang lebih ekstrim (Santrock dalam basudewa, 2013).

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti kepada petugas pos penjaga Gunung Marapi didapatkan keterangan bahwa jumlah para pendaki secara keseluruhan bisa 200-300 orang, dengan 40-50 perempuan perharinya. Tetapi, jika cuaca sangat bagus, jumlah pendaki perempuan bisa mencapai hingga 70 orang. Petugas Pos Penjaga Gunung Marapi menceritakan bahwa, dari sebagian besar para pendaki wanita yang datang terlihat tidak memiliki persiapan yang memadai dalam kegiatan mendaki gunung, hal ini terlihat dari ada yang memakai sandal jepit, kurangnya pengetahuan mengenai mendaki gunung dan perlengkapan keselamatan yang tidak memadai.

Keterangan petugas pos penjaga Gunung Marapi ini diperkuat oleh pernyataan pendaki gunung perempuan yang diwawancarai bahwa mereka ingin saat mendaki itu tidak rumit dan bisa *simple*. Masalah perlengkapan keamanan tidak menjadi masalah, meskipun kurang aman tetap jalan, dan memang dari diri sendiri tidak ingin membawa perlengkapan. Selain itu, mereka mengutarakan pergi mendaki gunung hanya bermodalkan keberanian saja, dan mengandalkan teman dalam pendakian gunung. Pengetahuan mengenai hal-hal umum yang harus dimiliki saat mendaki gunung pun, mereka belum mengetahuinya. Diantaranya juga menyatakan, meskipun mereka mengetahui bahwa sering terjadi kejadian

yang tidak diinginkan bahkan merenggut nyawa, mereka tetap pergi, dan tanpa rasa takut. Sikap yang dimunculkan oleh perempuan yang mendaki gunung ini tergolong pada minimnya keselamatan. Para pendaki perempuan mengaku, rasa takut mereka hilang karena pemandangan yang mereka dapat begitu memuaskan dan menakjubkan. Salah satu alasan pendaki perempuan untuk mendaki adalah mendapatkan kebahagiaan ketika sampai di puncak, ia tidak merasa khawatir dengan kemungkinan resiko yang di alami saat mendaki gunung.

Penelitian tentang *Sensation seeking* dan *Risk Taking Behavior* pernah dilakukan oleh Dennis Purwoko (2013) dengan judul *Sensation Seeking dan Risk Taking Behavior Pada Remaja Akhir di Universitas Surabaya*. Peneliti lainnya oleh Romadon Bagus Fitriyanto (2018) dengan Judul *Sensation Seeking Pada Perempuan Pendaki Gunung* dan Ali Agilono (2016) dengan judul *Examining Risk-Taking Behavior and Sensation Seeking Requirement in Extreme Athletes*. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya terletak pada sampel penelitian, tempat penelitian dan tahun dilakukannya penelitian

Dari fenomena yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara *Sensation Seeking* dengan *Risk Taking Behavior* Pada Pendaki Gunung Perempuan di Gunung Marapi, Sumatera Barat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan yang telah dikemukakan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara *sensation seeking* dengan *risk taking behavior* pada perempuan pendaki Gunung Marapi Sumatera Barat?”

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *sensation seeking* dengan *risk taking behavior* pada perempuan pendaki Gunung Marapi Sumatera Barat.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat secara teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya temuan-temuan dalam bidang psikologi dan dapat dijadikan masukan dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya Psikologi Sosial dan menerapkan teori-teori yang sudah dikemukakan oleh ahli-ahli sebelumnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi yang dialaminya serta dijadikan pemahaman dan menambah wawasan saat akan melakukan kegiatan mendaki gunung.

b. Bagi Institusi, Organisasi dan Komunitas

Bagi institusi, organisasi, dan komunitas yang bergerak di bidang psikologi sosial, diharapkan hasil penelitian ini dapat dipergunakan untuk memperhatikan faktor kesiapan mental dan fisik bagi setiap para pendaki, untuk meningkatkan angka keselamatan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi peneliti lain yang melakukan penelitian pada bidang yang ada kaitannya dan dapat menjadi bahan perbandingan serta referensi bagi semua pihak yang melakukan penelitian selanjutnya.