

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Life skills adalah “kecakapan yang memungkinkan individu berhasil di lingkungan yang berbeda tempat mereka seperti sekolah, rumah dan lingkungan (Danish & Nellen, 2012). *Life skills* bisa bersifat fisik (mengambil sikap tubuh yang benar), perilaku (berkomunikasi secara efektif), atau kognitif (membuat keputusan yang efektif) (Papacharisis et al., 2005). *Life skills* (life skill) ialah salah satu pendidikan yang memberikan kecakapan personal, kecakapan sosial, kecakapan intelektual, dan kecakapan vokasional untuk bekerja atau usaha mandiri (UU RI No 20 tahun 2003 Sistem Pendidikan Nasional). *Life skills* sebagai aset pribadi internal, karakteristik dan kecakapan seperti penetapan tujuan, kontrol emosional, harga diri, dan etos kerja keras yang dapat difasilitasi atau dikembangkan dalam olahraga dan ditransfer untuk digunakan dalam keadaan non-olahraga (Hudaya et al., 2017). Maka dari itu *life skills* sangatlah bermanfaat bagi manusia terutama pada kalangan anak remaja.

Remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa. Seorang remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan sebagai anak-anak, namun ia masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa, Sementara itu dalam Undang-Undang Tentang Perlindungan Anak pada Bab I Pasal 1 Ayat 1-2 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun (2002) berbunyi:

“1. Anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan. 2. Perlindungan anak adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi anak dan hak-haknya agar dapat hidup, tumbuh, berkembang, dan berpartisipasi, secara optimal sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapat perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi.”

Remaja dapat menerapkan nilai-nilai yang baik, selanjutnya dengan bertahap mereka mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Yusuf, 2011). Masa remaja adalah masa peralihan dimana perubahan secara fisik dan psikologis dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi intelektual, kehidupan emosi, dan kehidupan sosial (Trafena, 2016). Remaja merupakan aset masa depan suatu bangsa generasi penurus bangsa.

Sebagai remaja ia sedang mencari pola hidup yang sesuai dengan dirinya, namun terkadang hal ini dapat membuat kesalahan-kesalahan yang menjadi kekhawatiran orang tua dan lingkungan sekitarnya. Salah satu yang menjadi kekhawatiran orang tua yaitu adanya *cyber bullying* atau Tindakan perundungan yang terjadi di dunia maya ataupun secara langsung.

Kasus-kasus *bullying* tidak lagi terbatas pada pertengkaran fisik antara teman sebaya di lorong sekolah atau pertukaran verbal yang bermusuhan selama masa istirahat. Dengan kemajuan teknologi, pendidik harus mengenali perubahan perilaku siswa kita sebagai kehidupan yang dimodifikasi oleh era digital (Wong-Lo et al., 2011). *Cyber bullying* meningkat di seluruh dunia karena pesatnya pertumbuhan teknologi. Korban, pengganggu, pengamat, dan penghasut *cyber bullying* memanfaatkan berbagai platform seperti snapchat, instagram, twitter, dan burnbook, banyak konsekuensi karena perilaku *bullying* yang terjadi di situs-situs tersebut. Konsekuensi ini berkisar dari depresi, kecemasan, rasa bersalah, dan ketakutan hingga penurunan prestasi akademik dan bahkan bunuh diri (Hicks et al., 2019).

Cyber bullying adalah masalah penting yang perlu ditangani secara eksplisit dengan menghubungkannya dengan pengembangan karakter dan tujuan kewarganegaraan (Waters et al., 2020). *Cyber-bullying* telah menjadi perhatian utama bagi guru, orang tua dan pendidikan pembuat kebijakan di seluruh dunia dan cara-cara secara aktif dicari untuk mencegah secara efektif (O'Moore, 2012). Sementara intimidasi dapat terjadi hampir di mana saja, pengaturan yang paling banyak dipelajari ada di sekolah. Oleh karena itu tidak mengherankan bahwa tanggung jawab untuk menangani *bullying* umumnya dilakukan pada kepala sekolah dan tenaga kependidikan.

Sementara *bullying* sering dipandang sebagai interaksi dasar antara anak-anak yang menggertak dan anak-anak yang diintimidasi, pemikiran baru ini menunjukkan bahwa intimidasi mungkin paling baik dilihat dia kontinum (Espelage & Swearer, 2003). Tidak hanya intimidasi yang terjadi pada dunia maya tetapi sering terjadi juga pada anak di sekolah ataupun di lingkungannya. Salah satu perundungan yang dilakukan pada anak remaja yaitu di karenakan sulitnya berempati sesama teman, ingin merasa kuat di mata orang lain, upaya

R Aldi Rizaldi, 2023

INTEGRASI KECAKAPAN HIDUP KE DALAM OLAHRAGA HOKI DALAM RANGKA MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN DAN *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

untuk mendapatkan popularitas dan hubungan yang kurang baik dengan keluarga. maka dari itu remaja harus lebih di perhatikan di arahkan agar kedepannya menjadi pribadi yang lebih baik salah satunya dengan meningkatkan kemampuan *life skills* pada remaja.

Life skills yang sudah tertanam dalam individu dapat meningkatkan perkembangan psikososial yang dapat dilakukan saat melakukan program olahraga (Gould & Carson, 2008). *Life skills* tersebut adalah kerja tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, kecakapan emosional, komunikasi interpersonal, kecakapan sosial, kepemimpinan, dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan (Cronin & Allen, 2017). Hal serupa juga diungkapkan oleh berbagai peneliti tentang transfer *life skills*, diantaranya yaitu dengan cara difasilitasi dengan media olahraga yang menggunakan pendekatan implisit atau eksplisit (Forneris et al., 2012). Pendekatan implisit adalah berfokus pada pengembangan kecakapan khusus pada cabang olahraga tertentu, sedangkan pendekatan eksplisit mengacu program latihan dengan sengaja menargetkan pengembangan dan transfer *life skills* dalam olahraga. *Life skills* sama halnya dengan kecakapan fisik, yaitu dalam penerapannya dimulai dengan demonstration, modeling and practice (Danish & Nellen, 2012). Diakui bahwa olahraga dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan perkembangan anak remaja jika menggabungkan pengajaran kecakapan dan strategi yang berguna untuk kehidupan. Program pengajaran *life skills* sangat cocok diintegrasikan dalam program pelatihan olahraga, bila program olahraga ditujukan untuk mempromosikan dan mengembangkan psiko-sosial (Purnama, 2019).

Berdasarkan pernyataan di atas maka kemampuan *life skills* dapat dikembangkan atau ditingkatkan dengan menggunakan program secara khusus atau Intentionally Structure. Penelitian-penelitian mengatakan bahwa peran olahraga sebagai media dalam pengembangan *life skills* berdampak secara signifikan (Gould & Carson, 2008). Oleh karena itu, *life skills* ini harus secara sengaja diajarkan dalam olahraga. hubungan yang ada antara partisipasi olahraga dan pengembangan *life skills*, menunjukkan bahwa pelatih yang paling efektif dalam mengajarkan *life skills* adalah mereka yang memiliki filosofi yang menempatkan kepentingan utama pada pengembangan *life skills* (Pierce et al., R Aldi Rizaldi, 2023

2017). Mengevaluasi potensi program olahraga pemuda untuk mendorong pengembangan positif untuk mengurangi risiko perilaku bermasalah guna meningkatkan pengembangan pemuda yang positif. Program pengembangan pemuda berbasis olahraga *Sport-based youth development* (SBYD) bertujuan untuk mengajarkan *life skills* kepada remaja dalam konteks aktivitas fisik. Tujuan dari *Sport-based youth development* SBYD adalah agar kaum muda belajar menerapkan, atau mentransfer *life skills* di luar program olahraga (Hemphill et al., 2019).

Maka dari itu program *life skills* perlu diintegrasikan ke dalam program latihan olahraga. Ada beberapa alasan program *life skills* dapat diintegrasikan dalam program olahraga. Menurut Papacharisis et al., (2005) mengatakan bahwa: Pertama, *life skills* mirip dengan kecakapan fisik dalam cara mereka dipelajari, melalui demonstrasi dan praktik. Kedua, banyak kecakapan yang dipelajari dalam olahraga dapat ditransfer ke kehidupan lain. Kecakapan ini meliputi: kemampuan untuk tampil di bawah tekanan, memecahkan masalah, waktu dan/atau tantangan, menetapkan tujuan, berkomunikasi, menangani keberhasilan dan kegagalan, bekerja dengan tim dan dalam sistem, dan menerima umpan balik dan manfaat darinya. Ketiga, olahraga adalah aktivitas yang meluas di seluruh masyarakat.

Life skills yang diintegrasikan ke dalam program olahraga dapat menangani permasalahan remaja yaitu salah satunya *cyber bullying* atau perundungan pada dunia maya ataupun secara langsung dalam rangka PYD. Program olahraga yang mempromosikan pengembangan psikososial adalah olahraga yang dijadikan wahana untuk memberikan pengalaman yang mendorong penilaian diri, dan mengajarkan *life skills* kepada peserta olahraga (remaja) dengan cara disengaja dan sistematis (Petitpas, Cornelius, Raalte, & Jones, 2005). Olahraga berfungsi sebagai latar belakang yang sangat diinginkan untuk mengajar *life skills* kepada kaum muda karena kegiatan dimana pengembangan kecakapan adalah norma salah satunya yaitu nilai-nilai masyarakat, anak-anak dan remaja termotivasi untuk terlibat yang memberikan kejelasan hasil kerja keras dan usaha (Gould & Carson, 2008).

PYD adalah sebuah istilah yang mempromosikan remaja dalam melakukan aktivitas yang bermanfaat bagi mereka untuk masa mendatang (Hudaya et al., R Aldi Rizaldi, 2023

INTEGRASI KECAKAPAN HIDUP KE DALAM OLAHRAGA HOKI DALAM RANGKA MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN DAN *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2017). *Positive youth development* tidak hanya dapat dikembangkan di sekolah saja namun dapat melalui olahraga prestasi seperti club-club olahraga yang dimana olahraga prestasi tidak hanya kecakapan saja yang didapat. Atlet yang baik bukan hanya baik dalam tehnik saja melainkan perilaku yang dapat di transfer ke dalam kehidupan sehari-hari.

Para peneliti psikologi olahraga telah berupaya keras untuk lebih memahami bagaimana olahraga dapat disusun untuk mendorong pengembangan pemuda yang positif atau *Positive youth development* (PYD). PYD dalam konteks olahraga pemuda memberikan kinerja tinggi. Pelatih yang berkinerja tinggi mampu menciptakan lingkungan (atau budaya tim) yang mendorong perkembangan remaja yang positif (O'Connor et al., 2020). Selain itu, para peneliti telah mulai mengembangkan kerangka kerja yang menjadi dasar pengembangan program olahraga yang memfasilitasi pengembangan remaja positif. *Positive youth development* (PYD) dikembangkan melalui *life skills*, *life skills* telah didefinisikan sebagai kemampuan fisik, perilaku, dan kognitif yang memungkinkan remaja untuk berhasil dalam lingkungan yang berbeda dimana mereka hidup (Forneris et al., 2012).

Salah satu olahraga yang dapat mengembangkan *life skills* yaitu hoki. Hoki adalah sebuah permainan yang termasuk kedalam permainan bola kecil. Powel (dalam Adriani, 2013, hlm. 24) memberikan pendapat bahwa “Permainan hoki adalah sebuah permainan tim yang menyenangkan, cepat, dan membutuhkan keterampilan”. Hoki merupakan olahraga beregu, maka perlu adanya kerjasama tim untuk meraih kesuksesan. Akan tetapi dituntut pula adanya kemampuan dari setiap individu pemain dalam menguasai teknik-teknik dasar yang baik, maka seorang pemain hoki akan dengan mudah melakukan kerjasama dalam permainan hoki.

Pengaruh latihan hoki dapat mempengaruhi fisik, teknis, dan pengambilan keputusan dari lingkungan pelatihan di hoki lapangan (Timmerman et al., 2019) Melihat fakta diatas bahwa program latihan hoki tidak hanya berfokus pada latihan fisik saja, maka dari itu dapat di asumsikan bahwa pelatihan program hoki dapat mengembangkan *life skills* bagi mereka yang menekuninya. Sikap pandang anak akan berubah karena adanya sesuatu kebiasaan yang baik yang tidak hanya

R Aldi Rizaldi, 2023

INTEGRASI KECAKAPAN HIDUP KE DALAM OLAHRAGA HOKI DALAM RANGKA MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN DAN *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dapat diterapkan pada kondisi tertentu saja tetapi dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari nya. *Life skills* yang di intergrasikan ke dalam program latihan hoki tidak hanya dapat kasus perundingan. Tetapi *life skills* sangat penting dalam meningkatkan keterampilan bermain hoki.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, (2000: 58), untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan. Pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utama, yaitu 1) faktor proses belajar mengajar, 2) faktor pribadi, dan 3) faktor situasional. Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, (2000: 83) mengemukakan bahwa ada tiga hal yang dapat diidentifikasi dalam tahap belajar keterampilan gerak, yaitu 1) tahapan verbal-kognitif, 2) tahapan motorik, dan 3) tahapan otomatisasi.

Dalam pergerakannya, setiap pemain harus menguasai teknik bermain baik Teknik dasar maupun teknik lanjutan menurut Hermawan (2019) tehnik dasar hoki yaitu teknik push (mendorong bola), hit (memukul bola), stop (menahan bola), dribble (menggiring bola) Masing-masing teknik mempunyai fungsi dan tujuan yang berbeda, seperti push digunakan untuk mengumpan bola kepada rekan yang jaraknya dekat dengan posisi pemain yang menguasai bola. Push: menggerakkan atau mengoper bola di permukaan tanah dengan stik tanpa menaikkan stik terlebih dahulu selama mengayunkan stik. Stop digunakan untuk menahan bola hasil passing dari orang lain. Trapping/ stopping adalah aksi mengendalikan, menghentikan atau menerima bola. Dribble digunakan untuk menguasai dan membawa bola dari satu tempat ke tempat lain. Dribbling seperti dalam sepak bola atau bola basket, yaitu pergerakan pemain dengan bola dalam penguasaannya.

Dapat disimpulkan bahwa *life skills* adalah kecakapan yang diperlukan seseorang untuk menjalankan kehidupannya dengan baik. Dengan demikian *life skills* harus menerapkan nilai-nilai kehidupan kedalam kehidupan sehari-hari yang positif. Dalam olahraga tidak hanya kecakapan saja yang harus dikuasai, tetapi harus adanya berbagai macam aspek yang harus diterapkan untuk menjadikan

R Aldi Rizaldi, 2023

INTEGRASI KECAKAPAN HIDUP KE DALAM OLAHRAGA HOKI DALAM RANGKA MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN DAN *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

olahraga sebagai sarana dalam kehidupan yaitu *life skills*. Oleh karena itu, olahraga merupakan media yang sangat cocok dalam memfasilitasi pengembangan *life skills* karena pada saat olahraga terjadi interaksi sosial yang sangat intens. Hal serupa juga diungkapkan oleh berbagai peneliti yaitu pada proses pembinaan dan pengembangan olahraga, tujuan olahraga selalu beriringan dengan tujuan-tujuan lain, misalnya mengembangkan berbagai nilai-nilai sosial, seperti kecakapan, nilai moral, kepribadian individu (Formeris et al., 2012). Oleh karena itu, pengembangan *life skills* melalui partisipasi olahraga merupakan salah satu dari tiga tujuan utama latihan olahraga pada remaja. Seperti yang diungkapkan oleh Fraser-Thomas et al (2005): (a) memungkinkan remaja untuk aktif secara fisik dan oleh karena itu, untuk meningkatkan kesehatan fisik mereka, (b) berkontribusi pada pengembangan psikososial dengan mempromosikan pengembangan *life skills*, dan (c) mendorong penguasaan kecakapan motorik.

Asumsi yang didapatkan bahwa *life skills* yang *diintegrasikan* ke dalam program latihan hoki dapat meningkatkan keterampilan bermain dan *Positive youth development* (PYD). Sehingga kehidupan sehari-harinya akan terus berproses kearah yang lebih baik. Konsep pengembangan pemuda yang positif lebih luas dari pada pengembangan *life skills*, dan pada kenyataannya mencakup pengembangan *life skills*. Artinya, semua *life skills* berfokus pada perkembangan remaja yang positif, tidak semua upaya pengembangan remaja yang positif fokus pada pengembangan *life skills* (Gould & Carson, 2008). *life skills* yang *diintegrasikan* ke dalam program latihan hoki dapat meningkatkan keterampilan bermain hoki sehingga dapat membatu prestasi atlet hoki meningkat, Selain itu *life skills* yang *diintegrasikan* ke dalam program latihan hoki dapat mengatasi kasus *cyber bullying* dengan meningkatnya PYD.

1.2 Rumusah Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi rumusan masalah pada penelitian ini adalah

- 1.2.1. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara program latihan hoki integrasi dan non integrasi *life skills* terhadap *positive youth development* (PYD)? Jika terdapat perbedaan, mana yang lebih baik?

R Aldi Rizaldi, 2023

INTEGRASI KECAKAPAN HIDUP KE DALAM OLAHRAGA HOKI DALAM RANGKA MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN DAN *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- 1.2.2. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara program latihan hoki integrasi dan non integrasi *life skills* terhadap peningkatan keterampilan bermain? Jika terdapat perbedaan, mana yang lebih baik?
- 1.2.3. Komponen *life skills* manakah yang mengalami peningkatan paling tinggi?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dapat diketahui tujuan pada penelitian ini adalah

- 1.3.1 Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara program latihan Hoki integrasi dan non integrasi *life skills* terhadap *positive youth development* (PYD).
- 1.3.2 Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara program latihan Hoki integrasi dan non integrasi *life skills* terhadap peningkatan keterampilan bermain.
- 1.3.3 Untuk mengetahui komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi.

1.4 Manfaat Penelitian

Suatu penelitian diharapkan memiliki sebuah manfaat. Penulis mengharapakan manfaat dalam penelitian ini. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1.4.1 Segi Teori

Secara teoritis penelitian ini dapat memberikan penjelasan yang akurat mengenai program olahraga Hoki terintegrasi *life skills* yang terstruktur dan disengaja oleh Pelatih Hoki. Kajian ini juga diharapkan dapat bermanfaat bagi ilmu pedagogis dan pelatihan, khususnya pada cabang olahraga Hoki. Penelitian ini dapat dijadikan sumber analisis program latihan Hoki terintegrasi *life skills* dengan mengaplikasikan teori mengenai pengembangan *life skills* dan transfer *life skills* ke luar domain olahraga.

1.4.2 Segi Kebijakan

R Aldi Rizaldi, 2023

INTEGRASI KECAKAPAN HIDUP KE DALAM OLAHRAGA HOKI DALAM RANGKA MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN DAN *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Penelitian ini akan memberikan sumbangan informasi kepada seluruh pelatih olahraga khususnya pelatih Hoki untuk merancang program latihan Hoki yang terstruktur dan disengaja berdasarkan pengembangan life skills dalam rangka Positive youth development.

1.4.3 Segi Praktik

Secara praktis hasil dari penelitian ini bisa dijadikan pedoman mengenai pengaruh pendekatan integrasi dan non integrasi life skills terhadap pengembangan life skills dalam cabang olahraga Hoki, sehingga pelatih Hoki dapat lebih mengembangkan program latihan terintegrasi life skills. Dengan adanya penelitian ini dapat menambah wawasan serta meningkatkan life skills melalui olahraga Hoki. Penelitian ini sebagai dasar untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang program latihan terintegrasi life skills.

1.4.4 Segi Isu serta Aksi Sosial

Penelitian ini dapat mengembangkan life skills pada remaja dan dapat digunakan untuk menghadapi berbagai kebutuhan dan tantangan hidup dalam kehidupan sehari-hari.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Adapun struktur organisasi penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1.5.1 BAB I : Pendahuluan yang berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta struktur organisasi tesis.
- 1.5.2 BAB II : Berisikan tentang kajian pustaka yang diangkat dalam penelitian. Kajian pustaka meliputi hal-hal berikut : kosep-konsep dan teori yang berkaitan, penelitian terdahulu yang relevan dengan bidang yang diteliti. Bab ini akan diakhiri dengan memaparkan hipotesis penelitian.
- 1.5.3 BAB III : metode penelitian yang berisikan hal-hal sebagai berikut : desain penelitian, populasi dan sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian dan analisis data.
- 1.5.4 BAB IV : Bab ini menyampaikan dua hal utama, yakni temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai

kemungkinan bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian, dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

- 1.5.5 BAB V : kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi berdasarkan hasil penelitian.