

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani adalah suatu perangkat pendidikan yang dapat digunakan sebagai alat untuk mengembangkan kemampuan dari peserta didik (Muhammad et al., 2022). Pendidikan jasmani di sekolah dianggap sebagai alat pendidikan yang memiliki peran penting agar tujuan pembelajaran bisa tercapai (Blynova et al., 2020). Disamping itu, pendidikan jasmani juga dianggap menjadi salah satu usaha sadar untuk menciptakan lingkungan yang mampu mempengaruhi potensi peserta didik agar berkembang ke arah tingkah laku yang positif melalui aktivitas jasmani (Utama et al., 2011). Untuk mencapai hasil belajar pendidikan jasmani yang baik, dituntut berbagai kemampuan dan kesiapan belajar baik secara fisiologis dan psikologis dari peserta didik yaitu kondisi fisik umum yang dapat meningkatkan kemampuan geraknya. Kemudian, kondisi psikologis yang meliputi sikap yang positif dan motivasi yang kuat agar dapat membantu anak dalam mengikuti proses pembelajaran (Firmansyah, 2009).

Pengalaman belajar yang disajikan akan membantu siswa mengetahui mengapa manusia dapat bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif. Salah satu bentuk pengalaman belajar gerak yang aman, efisien dan efektif terdapat pada proses pembelajaran akuatik (Suharto, 2017). Renang disarankan menjadi mata pelajaran utama untuk peserta didik, karena jumlah mahasiswa yang tidak mau mengikuti pembelajaran akuatik, atau terkadang siswa dengan sengaja menghindarinya (Arifin Bin Muhamad et al., 2013). Aktivitas akuatik merupakan aktivitas air dengan banyak macam gaya yang sudah dikenalkan sejak lama dan memberikan banyak manfaat kepada manusia (Ricko Irawan, 2017). Cabang olahraga renang terbagi beberapa macam gaya diantaranya yaitu gaya bebas, gaya punggung, gaya dada dan gaya kupu-kupu (Suharto, 2017).

Pembelajaran aktivitas akuatik merupakan pembelajaran yang aktivitasnya dilakukan di air, pembelajaran akuatik sangat tepat diberikan kepada siswa guna meningkatkan tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani (Pemdiansyah et al., 2021).

Berdasarkan hasil survey, dalam proses pembelajaran akuatik di SMKN 12 Bandung terdapat kendala yang dihadapi, salah satunya masih terdapat siswa yang kurang percaya diri sehingga menimbulkan perasaan cemas yang bisa mengakibatkan tujuan pembelajaran akuatik tidak tercapai secara optimal. Penelitian telah menunjukkan bahwa siswa tidak berani memasukan kepalanya ke air atau masih merasakan kesusahan untuk masuk ke dalam air (Badruzaman, Ramlan, 2009). Kemudian, pada saat proses pembelajaran akuatik masih terdapat anak yang tidak berani memasukkan wajahnya ke dalam air dan turun untuk masuk ke kolam karena takut kedalaman, takut gelap di dalam air, dan takut kedinginan (Sungkowo et al., 2012). Siswa yang merasa takut dan kurang percaya diri pada saat pembelajaran akuatik disebabkan karena hanya mendapatkan 1 kali pertemuan untuk renang dalam 1 semester (Subagja et al., 2019).

Tidak hanya itu, masih terdapat siswa yang terlihat tidak bersemangat dan takut saat aktivitas di air, bahkan untuk mendekat ke kolam saja sudah takut, sering kali anak takut karna alasan takut tenggelam, takut hidung dan telinganya kemasukan air, sehingga karena perasaan takut terhadap air dan takut terhadap kedalaman kolam itu siswa akan merasa terancam keselamatannya, hal seperti ini yang akan memicu timbulnya kecemasan yang dapat menghambat proses pembelajaran (Faklimuklis et al., 2021). Faktor kecemasan juga menjadi penyebab faktor penghambat pembelajaran akuatik sebab faktor tersebut dapat terjadi karena diperhatikan oleh guru dan teman-teman sekelasnya, serta ketika melihat kolam yang dalam, maka dari itu guru harus mampu memberikan dukungan agar siswa bisa lebih percaya diri (Arhesa et al., 2020). Siswa juga sering merasa khawatir jika volume air kolam dianggap terlalu dalam, hal ini menjadi salah satu kendala pada saat memperkenalkan aktivitas air, sehingga rasa kepercayaan diri ini menjadi

salah satu faktor yang akan membuat anak sedini mungkin lebih berani dalam aktivitas akuatik (Sriningsih et al., 2022).

Rasa cemas pada saat belajar renang sebanyak 64.7%, rasa takut pada data belajar renang sebanyak 73% (Arhesa et al., 2020). Level kecemasan pada peserta didik dengan jenis kelamin laki-laki berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), “rendah” sebesar 0% (0 orang), “sedang” sebesar 5% (2 orang), “tinggi” sebesar 88% (36 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 7% (3 orang), sedangkan tingkat kecemasan diri peserta didik dengan jenis kelamin perempuan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 orang), “rendah” sebesar 0% (0 orang), “sedang” sebesar 7% (2 orang), “tinggi” sebesar 89% (25 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 4% (1 orang) (Muhammad et al., 2022). Olahraga renang termasuk dalam keterampilan yang tidak mudah untuk dikuasai, khususnya bagi siswa yang memiliki kecemasan terhadap air, sebelum pembelajaran renang dimulai, terdapat siswa (80%) mengaku tidak bisa berenang dan siswa lainnya (20%) mengalami kecemasan air yang tinggi (Badruzaman, 2018).

Kepercayaan diri sebagai suatu perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan melakukan atau menghasilkan sesuatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses, percaya diri juga merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia (Mohan & Fellow, 2014; Skinner, 2013). Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, kepercayaan diri itu dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Hasmarita et al., 2019). Perhatian siswa berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5% atau 3 siswi, “rendah” sebesar 33 % atau 19 siswi, “tinggi” sebesar 57 % atau 33 siswi, dan “sangat tinggi” sebesar 5% atau sebesar 3 siswi. Berdasarkan nilai rata-rata 70% dalam Tingkat kepercayaan diri siswi pada pembelajaran aktivitas akuatik di sma negeri 1 telukjambe barat masuk dalam kategori “Tinggi” (Faklimuklis et al., 2021).

Sedangkan kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang

disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas. (Annisa, 2016). Kecemasan juga merupakan keadaan emosional yang tidak menyenangkan seperti perasaan tertekan dalam menghadapi kesulitan sebelum kesulitan itu terjadi dan ditandai dengan adanya perasaan khawatir, prihatin dan rasa takut pada situasi tertentu, namun apabila individu itu berhasil dari tanda-tanda kecemasan maka perasaan ini juga dapat menjadi motivator untuk berbuat sesuatu (Yanti, 2013). Tetapi, kecemasan itu dapat menimbulkan perilaku menyimpang apabila seseorang tidak mampu mengekspresikan rasa kecemasan tersebut dalam situasi tertentu karena sebagian besar orang mampu menanganinya tanpa menghadapi kesulitan, sedangkan kegagalan mengatasi kecemasan dalam belajar bisa berpengaruh pada pembelajaran akuatik (Halim, 2019).

Kecemasan berdampak negatif pada keberhasilan dalam berenang (Burton, 1988). Salah satu hal yang berpengaruh di dalam kecemasan adalah kepercayaan diri (Wiramiharja, 2005). Terdapat tren linier negatif antara kecemasan dan kinerja berenang serta tren linier positif antara kepercayaan diri dan kinerja (Avramidou et al., 2007). Percaya diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, memiliki dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya, Lauster (dalam Ghufroon dan Risnawita, 2012). Oleh Karena itu, peneliti mengangkat judul penelitian “Hubungan Kecemasan dan Kepercayaan Diri Terhadap Pembelajaran Akuatik”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Terdapat kecemasan dan kurangnya rasa percaya diri siswa dalam proses pembelajaran akuatik pada pendidikan jasmani
2. Pembelajaran akuatik tidak sepenuhnya dikuasai disebabkan adanya kecemasan dan kurangnya rasa percaya diri dalam proses pembelajaran renang akuatik

1.3 Batasan Masalah

1. Penelitian ini hanya memfokuskan kepada siswa SMKN 12 Bandung
2. Variabel terikat (dependen) dalam penelitian ini yaitu Pembelajaran Akuatik dan variabel bebas (independen) yaitu Kecemasan dan Kepercayaan Diri

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan batasan masalah, maka rumusan masalah pada penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah terdapat Hubungan Kecemasan dengan Pembelajaran Akuatik Siswa Kelas X di SMKN 12 Bandung ?
2. Apakah terdapat Hubungan Kepercayaan Diri dengan Pembelajaran Akuatik Siswa Kelas X di SMKN 12 Bandung ?
3. Apakah terdapat Hubungan Kecemasan dan Kepercayaan Diri Terhadap Pembelajaran Akuatik Siswa Kelas X di SMKN 12 Bandung ?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sebagai berikut :

1. Hubungan Kecemasan dengan Pembelajaran Akuatik Siswa Kelas X SMKN 12 Bandung
2. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Pembelajaran Akuatik Siswa Kelas X SMKN 12 Bandung
3. Hubungan Kecemasan dan Kepercayaan Diri Terhadap Pembelajaran Akuatik Siswa Kelas X SMKN 12 Bandung

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, pertanyaan penelitian, dan tujuan penelitian di atas, maka manfaat penelitian sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan, dapat mengembangkan konsep teoritis mengenai Hubungan Kecemasan dan Percaya Diri Dalam

Pendidikan Jasmani dengan Pembelajaran Akuatik Siswa Kelas X SMKN 12 Bandung.

1.6.2 Manfaat praktis

Selain memberikan manfaat teoritis, penelitian ini juga diharapkan memberikan manfaat secara praktis khususnya kepada guru dapat menjadi landasan untuk menyusun rencana pembelajaran, dan penggunaan model pembelajaran yang efektif sehingga siswa dapat menerima materi dengan baik dan mampu menciptakan rasa tanggung jawab, kritis, mandiri, dan kreatif dan percaya diri.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi ini berisi tentang rincian urutan penulisan dari setiap bab skripsi penelitian, mulai BAB I hingga BAB V

BAB I

Terdiri dari :

- 1) Latar Belakang Penelitian
- 2) Identifikasi Masalah
- 3) Batasan Masalah
- 4) Rumusan Masalah
- 5) Tujuan Penelitian
- 6) Manfaat Penelitian
- 7) Struktur Organisasi Skripsi

BAB II

Berisi tentang uraian kajian pustaka dan hipotesis penelitian. Kajian Pustaka mempunyai peran yang penting, kajian pustaka berfungsi sebagai landasan teoritik dalam menyusun pertanyaan penelitian, tujuan, serta hipotesis, BAB II terdiri dari :

- Pembahasan teori-teori serta konsep dan turunannya dalam bidang yang dikaji.

BAB III

Pada bab ini menjelaskan metodologi penelitian. Teknik pengumpulan data dan tahapan yang digunakan dalam penelitian yang penulis teliti.

BAB IV

Hasil penelitian dan pembahasan , dalam bab ini penulis menguraikan deskripsi data dan hasil penelitian.

BAB V

Kesimpulan dan saran, dalam bab ini penulis memberikan kesimpulan dan saran sebagai penutup dari hasil penelitian dan permasalahan yang telah diidentifikasi dan dikaji dalam skripsi.