

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada tahun 2000, *United Nation* (UN) atau Perserikatan Bangsa- Bangsa (PBB) melalui *World Health Organization* (WHO) telah merilis *Millenium Development Goals* (MDGs) yang merupakan serangkaian tujuan dan evolusi dari pembangunan global dunia (MDGs 2015 WHO, n.d.). Program ini mencakup berbagai isu dalam Pembangunan di antaranya pengentasan kemiskinan, pendidikan dasar universal, kesetaraan gender dan penurunan angka kematian ibu dan anak. Program ini berakhir pada tahun 2015 dan menjadi fokus utama bagi banyak negara dan organisasi internasional dalam upaya meningkatkan kondisi social dan ekonomi dunia. Kemudian hal ini di adopsi dan di lanjutkan melalui program *Suistanable Development Goals* (SDGs) yang memuat pembangunan berkelanjutan, tujuan dari program ini adalah untuk mengatasi tantangan global, dan menekankan pembangunan berkelanjutan pada aspek ekonomi, sosial, dan lingkungan untuk mencapai kesejahteraan jangka panjang pada bagi semua umat manusia .

Dalam memenuhi Pembangunan berkelanjutan ini, pendidikan sangat memegang peranan penting. UNESCO (2014) merumuskan *Educational Suistanable Development* (ESD) yang memiliki konsep ‘mengintegrasikan prinsip dan praktik pembangunan berkelanjutan ke dalam semua aspek pendidikan dan pembelajaran, untuk mendorong perubahan dalam pengetahuan, nilai- nilai dan sikap dengan visi memungkinkan masyarakat yang lebih berkelanjutan dan adil untuk semua (Buckler et al., n.d.). Ada empat hal yang disarankan: Pembangunan pendidikan berkelanjutan harus berdasarkan pendidikan berkualitas, mengarahkan pendidikan mengatasi isu- isu kebelanjutan, meningkatkan kesadaran masyarakat akan keberlanjutan, dan memberikan pelatihan pada setiap sektor keberlanjutan. Salahsatu aspek edukatif dari pembangunan berkelanjutan adalah pada bidang Pendidikan Jasmani dan Olahraga, merupakan tantangan dan mengakui perspektif pembelajaran kritis, transformative yang mencerahkan yang harus di fikirkan dan di orientasikan di lapangan. Hal yang di tawarkan ESD adalah untuk mendorong perubahan pengetahuan, nilai- nilai, dan sikap yang mengeksplorasi apa arti dari

keberlanjutan dalam situasi dan lingkungan tertentu. Dimana gerakan dan pendidikan kesehatan diproduksi, diwujudkan dan dilakukan (Larsson & Quennerstedt, 2012). Cita-cita PBB untuk memberdayakan dan menjawab tantangan untuk mengoptimalkan kesehatan dan kesejahteraan, salahsatu caranya dapat diwujudkan dengan pelayanan Pendidikan Jasmani dan Olahraga (Hernández, 2023; Lynch, 2016). Hal ini terjadi karena mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga mampu menawarkan inovasi dengan memasukkan pembangunan berkelanjutan sebagai tujuan dan arah dalam proses pembelajarannya. Mata pelajaran ini dapat mulai mengatasi permasalahan ESD sebagai bagian dari pengalaman dan pilihan hidup sehari-hari (Lundvall & Fröberg, 2023, Morgan et al., 2021, Fröberg & Lundvall, 2021). Pendidikan Jasmani dan Olahraga menawarkan manfaat aktifitas fisik dan olahraga, selain itu juga menciptakan konteks yang sangat menguntungkan bagi pengembangan kerjasama, rasa hormat, kewirausahaan dan semua aspek dalam SDGs (Baena-Morales et al., 2021).

Pada bidang olahraga, juga telah terjadi pembaharuan isu pembinaan dan pengembangan olahraga, dari sisi pendidikan, olahraga, rekreasi masyarakat, ataupun olahraga prestasi. Hal ini karena ada nya pergeseran paradigma pengembangan olahraga, menurut Astle et al. (2019) pergeseran dari paradigma *sport- sport outcomes* ke *development societal outcomes*. Seperti halnya di Korea Selatan telah mengalami pergeseran paradigma *development of sport* (pembelajaran atau pelatihan untuk tujuan olahraga itu sendiri) ke *development through sport* (pembelajaran atau pelatihan olahraga untuk tujuan non olahraga selain olahraga itu sendiri) dalam konteks sosial politiknya karena menginginkan mereka menjadi negara yang lebih maju (Ha et al., 2015).

Salahsatu isu tantangan global saat ini adalah terkait tentang isu social siswa remaja, disebabkan oleh berbagai aspek seperti pengaruh dari ekonomi, lingkungan sosial dan pendidikannya. Perhatian terhadap isu tersebut semakin meningkat seiring dengan bertambahnya kasus kenakalan yang melibatkan remaja sekolah, seperti skenario membolos, pertikaian atau tawuran, merokok, konsumsi alkohol, atau narkoba, serta perilaku seksual yang tidak terkontrol (Anyanwu et al., 2023; Azad & Ginner Hau, 2018; Mallett, 2016). Peristiwa-peristiwa ini, memberikan dampak yang signifikan pada perkembangan fisik, mental, dan sosial individu remaja,

dengan konsekuensi yang mungkin berlanjut hingga masa dewasa (Turanovic, 2022). Masa remaja adalah periode transisi perkembangan dari perubahan hormon, fisik, dan otak (Kaltiala, Heino, Työläjäarvi, & Suomalainen, 2020; McLaughlin, Garrad, & Somerville, 2015; Piekarski, Colich, & Ho, 2023) terkait dengan proses pubertas ke dunia sosial yang semakin kompleks (Jansen & Kiefer, 2020; Orben, Tomova, & Blakemore, 2020). Mereka berada pada tahap perkembangan yang rentan, sehingga kemampuan *self control* seringkali belum berkembang sepenuhnya. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya perhatian keluarga, tekanan akademik yang tinggi, dan lingkungan sosial yang tidak kondusif (Andrews, Ahmed, & Blakemore, 2021; Harwood-Gross, Lambez, Feldman, & Rassovsky, 2020; Plieger & Reuter, 2020; Valcan, Davis, & Pino-Pasternak, 2018).

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada beberapa SMA di kecamatan Singingi Hilir pada tanggal 8 Januari 2024, terdapat beberapa permasalahan siswa di antaranya : 1. Siswa terlambat dan bolos sekolah, 2. Teralihkannya perhatian pada saat pembelajaran, 3. Lalai dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, 4. kasus *bullying* dan kadang mengakibatkan perkelahian, 5. Pola hidup tidak sehat seperti merokok, begadang, penggunaan HP secara berlebihan, pola makan dan jajan yang kurang sehat. Hal ini erat kaitannya masalah *self control* siswa SMA secara langsung. Adapun menurut data *UNICEF* dalam (SITUASI ANAK DI 2020 INDONESIA, n.d.), penyalahgunaan zat, khususnya dalam bentuk merokok dan konsumsi alkohol merupakan masalah yang meluas di kalangan remaja Indonesia, terutama laki- laki. Lebih dari separuh 55, 3 % remaja usia 15–19 menyatakan mereka mengonsumsi tembakau setiap hari dan 15,5 % mengonsumsinya sesekali. Dari data tersebut juga dapat diketahui bahwa pengkonsumsian tembakau lebih tinggi di wilayah perdesaan dibandingkan wilayah perkotaan.

Di Tiongkok, pada tahun 2023 terjadi 3054 kasus yang melibatkan remaja usia sekolah sebagai perilaku kenakalan dengan tindak intimidasi atau perundungan (Meng et al., 2023). Kemudian data perilaku kriminal dikalangan remaja sekolah Swedia pada tahun 2014, 2018, dan 2020 menunjukkan bahwa anak laki-laki melaporkan perilaku kriminal dengan prevalensi yang lebih tinggi (20,1%) dibandingkan dengan anak perempuan (8,8%) (Källmen et al., 2023). Sebuah studi

di Indonesia melibatkan 3452 siswa usia 12-17 tahun pada tahun 2017 menemukan bahwa 78,7% remaja sekolah mengalami kekerasan (Syukriani et al., 2022).

Beberapa kasus permasalahan remaja di atas, dapat dikatakan terkait dengan kurangnya *self control* pada diri siswa remaja. Padahal *Self control* sangat penting bagi setiap orang, karena *self control* pada masa remaja mampu memprediksi perkembangan perilaku remaja hingga dewasa. Perilaku ini berdampak pada capaian pendidikan, memperkirakan kompleksitas dan pendapatan yang terkait dengan pekerjaan seseorang, dan kepuasan kerja (Converse et al., 2014).

Masalah dalam kemampuan *self control* pada remaja dapat memicu perilaku negatif, seperti perilaku *bullying*, tawuran, penggunaan narkoba, merokok, minum-minuman beralkohol, dan perilaku seksual yang berisiko (Christine & Wadhwa, n.d.). Selain itu, masalah ini juga dapat berdampak pada kemampuan belajar dan performa akademik mereka (Duckworth et al., 2019). Sebuah paradoks bagi masa remaja yang seharusnya mereka memiliki kemampuan lebih cepat, lebih kuat, memiliki kapasitas berpikir lebih tinggi, dan lebih tahan terhadap penyakit, tetapi kenyataannya terjadi peningkatan angka kematian dibandingkan masa kanak-kanak. Hal ini bukan disebabkan oleh penyakit, melainkan karena bentuk kematian yang dapat dicegah (kematian karena kecelakaan, bunuh diri, dan pembunuhan) yang terkait dengan remaja yang menempatkan dirinya dalam bahaya, sebagian karena berkurangnya pengendalian diri, kemampuan untuk menekan emosi, keinginan, dan tindakan yang tidak pantas (Casey & Caudle, 2013). Melibatkan diri dalam perilaku tersebut dapat merugikan pertumbuhan holistik seseorang, mempengaruhi kualitas kehidupan mereka yang menjelma menjadi tantangan serius dalam mencapai potensi maksimal.

Menurut Wills & Dishion, (2004) bahwa karakteristik temperamen anak mempengaruhi perkembangan kemampuan *self control*, sebuah faktor mediasi untuk timbulnya dan kemungkinan timbulnya kekerasan pada masa remaja selanjutnya. Masa remaja adalah periode kehidupan yang berbeda dan penting dengan perubahan dan pertumbuhan signifikan di setiap tingkat fungsi. Apa yang terjadi pada masa remaja mempunyai implikasi mendalam dan jangka panjang terhadap perjalanan remaja dalam hal keamanan ekonomi, kesehatan,

kesejahteraan, dan perkembangan di kemudian hari (Patton et al., 2016). Ini juga merupakan periode sensitif yang ditandai dengan meningkatnya prevalensi perilaku berisiko yang membahayakan fungsi fisik dan psikologis remaja sepanjang hidup mereka (Powers & Casey, 2015).

Berdasarkan penelitian lain, *self control* dapat mendukung efektifitas pembelajaran pada tingkat emulasi diri dan *self control* (Kolovelonis et al., 2010). Keefektifan model kognitif sosial pengembangan *self-regulated learning*, menunjukkan bahwa model ini dapat digunakan sebagai pendekatan pembelajaran dalam pengajaran *self control* dan keterampilan olahraga dalam pendidikan jasmani (Kolovelonis et al., 2012). Menurut Hagger et al., (2019), meskipun pengendalian diri secara implisit memiliki kemampuan untuk memprediksi beberapa perilaku, tetapi hubungannya terbilang kecil jika diperbandingkan. Temuan saat ini memberikan dukungan kuat terhadap konsistensi hubungan antara karakteristik *self control* dan perilaku yang berkaitan dengan kesehatan. Selain itu, keyakinan umum terhadap *self control* tidak mampu memprediksi perilaku, namun adanya hubungan yang dimoderasi antara karakteristik, *self control*, dan perilaku implisit terlihat pada beberapa perilaku. Dengan demikian, temuan kami menekankan bahwa penelitian yang berfokus pada *self control* dalam konteks perilaku seharusnya menitikberatkan pada karakteristik *self control* dan berbagai perilaku yang bersangkutan. Hal ini sesuai juga dengan penelitian menunjukkan bahwa pendidikan jasmani yang dirancang mungkin bermanfaat bagi *self control* (Pesce et al., 2021).

Dari beberapa penelitian di atas, penelitian kali ini akan berfokus pada program *self control* secara eksplisit pada pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas X dengan metode eksperimen, dan memberikan perlakuan pada 2 kelompok, yaitu pertama adalah kelompok eksperimen dengan dikembangkannya *self control* pada pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga secara *random learning*, kedua kelompok eksperimen dengan dikembangkannya *self control* pada pendidikan jasmani dan olahraga secara *block learning*.

Penelitian ini akan menawarkan program pembelajaran yang di desain khusus untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga pada siswa SMA, yang didalamnya akan mengembangkan *self control* melalui pembelajaran dengan

konsep *Integrating* dan konsep *Intentionally Structuring*. Hal ini dalam rangka membentuk *self control* siswa remaja, dan memberikan pengaruh pembelajaran Pendidikan jasmani dan olahraga dalam mengatasi permasalahan remaja pada masa sekarang hingga di masa depan. Sehingga mampu mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan *self control*, dan merencanakan strategi pendidikan yang efektif untuk membentuk jatidiri generasi muda. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan pendidikan yang lebih menyeluruh dan berorientasi pada pembentukan *self control* yang baik dan berdayaguna.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah yang akan disajikan dalam penelitian ini. Adapun rumusan masalah yang dapat diidentifikasi di bawah ini yaitu:

1. 2. 1 Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok *block learning*, *random learning* dan dengan kelompok regular terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga?
1. 2. 2 Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok *block learning* dengan kelompok *random learning* terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga? Jika terdapat perbedaan pengaruh, manakah yang lebih baik?
1. 2. 3 Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok *block learning* dengan kelompok regular terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga? Jika terdapat perbedaan pengaruh, manakah yang lebih baik?
1. 2. 4 Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok *random learning* dengan kelompok regular terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga? Jika terdapat perbedaan pengaruh, manakah yang lebih baik?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. 3. 1 Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok *block learning*, *random learning* dan dengan kelompok regular terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga.
1. 3. 2 Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok *block learning* dengan kelompok *random learning* terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga.
1. 3. 3 Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok *block learning* dengan kelompok regular terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga.
1. 3. 4 Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok *random learning* dengan kelompok regular terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga.

1. 4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah secara teoritis dan secara praktis yang dipaparkan sebagai berikut:

1. 4. 1 Manfaat Teoritis

1. 4. 1. 1 Penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori tentang hubungan antara pembelajaran pendidikan jasmani dan pengembangan *self control* pada remaja.
1. 4. 1. 2 Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana *self control* dapat dikembangkan melalui pembelajaran pendidikan jasmani, serta dampaknya terhadap perkembangan pribadi siswa.
1. 4. 1. 3 Sebagai dasar penelitian serupa dimasa mendatang.

1. 4. 2 Manfaat Praktis

1. 4. 2. 1 Guru pendidikan jasmani dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai pedoman untuk merancang dan mengimplementasikan strategi pembelajaran yang mempromosikan pengembangan *self-control* siswa.

1. 4. 2. 2 Dengan memahami pentingnya *self-control* dalam pembelajaran pendidikan jasmani, sekolah dan guru dapat meningkatkan kualitas pembelajaran yang dapat mendukung perkembangan holistik siswa.
1. 4. 2. 3 Temuan penelitian ini dapat memberikan dukungan empiris bagi kebijakan pendidikan yang mendorong integrasi pembelajaran *self-control* dalam kurikulum pendidikan jasmani di tingkat sekolah menengah atas.

1.5 Struktur Organisasi

Struktur organisasi tesis ini menyajikan rangkaian penulisan yang sistematis dengan menguraikan konten setiap bab yang terkait dan berkesinambungan mulai dari bab 1 hingga bab 5. Pada Bab 1, yang merupakan pendahuluan, dijelaskan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan. Pada Bab 2, yaitu kajian pustaka, berisi studi literatur dan pemahaman tentang teori variabel yang akan diuji, serta penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan, kerangka pemikiran dan hipotesis dari penelitian. Pada Bab 3, yaitu metode penelitian, dijelaskan tentang metode yang akan digunakan dalam penelitian, seperti lokasi penelitian, populasi, sampel, definisi operasional, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data. Pada Bab 4, yaitu temuan dan pembahasan, dijelaskan tentang temuan penelitian melalui perhitungan statistik serta pembahasannya. Pada Bab 5, yang mencakup simpulan, implikasi, dan rekomendasi, penulis membahas kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi dari temuan penelitian. Bagian ini memberikan interpretasi dan penafsiran peneliti terhadap hasil analisis, serta menyarankan hal-hal penting yang dapat diambil dari temuan penelitian tersebut.