

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Keberadaan mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di sekolah memiliki kontribusi penting bagi pendidikan, aktivitas jasmani dan olahraga yang digunakan sebagai inti materi pengajaran yang diarahkan untuk mengembangkan potensi siswa. “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan satu mata ajar yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang” (Depdiknas, 2006, hlm. 131). Menurut Permendiknas.No.22 tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yaitu untuk mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.

Olahraga menurut Rohmah & Carsiwan (2015, hlm. 89) merupakan “bagian yang tidak bisa dipisahkan dari pendidikan jasmani serta saling mempengaruhi satu sama lainnya. Olahraga lebih mendominasi muatan kurikulum pendidikan jasmani pada semua tingkatan persekolahan”. Karena “pendidikan jasmani merupakan wahana pendidikan, yang memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari hal-hal yang penting” Mahendra (2015, hlm. 38).

Oleh karena itu, olahraga yang dikembangkan di sekolah perlu diarahkan pada proses pendidikan siswa. Olahraga di sekolah sering disebut dengan olahraga pendidikan, yaitu “olahraga yang diterapkan sesuai dengan tujuan-tujuan pendidikan” Rohmah & Carsiwan (2015, hlm. 32). Olahraga pendidikan merupakan aktivitas gerak dengan cabang-cabang olahraga sebagai media pendidikan.

Pendidikan pada hakekatnya merupakan proses belajar- mengajar ketika terjadi interaksi antara pendidik dan peserta didik. Seorang pendidik bertugas mengajarkan atau membantu peserta didiknya dalam proses belajar agar berhasil sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Pendidikan merupakan hal yang sering di perbincangkan karena pendidikan menjadi kebutuhan setiap orang untuk mengembangkan potensi dirinya.

Dalam konteks belajar dan mengajar di sekolah, termasuk belajar mengajar pendidikan jasmani, sering diungkap dua konsep sebagai pedoman dan alat guru mengajar yaitu konsep didaktik dan metodik. Didaktik merupakan ilmu pengetahuan yang berkenaan dengan telaah tentang asas-asas mengajar. Sedangkan metodik lebih memusatkan kajian pada cara-cara untuk menetapkan asas-asas mengajar dalam mengajar mata pelajaran tertentu.

Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan nasional mendeskripsikan pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Penjelasan tersebut menjadi pondasi mengenai tujuan pendidikan nasional secara utuh yaitu mengembangkan potensi jasmani dan rohani dari peserta didik agar menjadi manusia yang berkarakter, sehingga mampu berinteraksi dengan masyarakat serta berguna bagi bangsa dan negara.

Tujuan pendidikan yaitu untuk membentuk watak atau menanam karakter anak serta mengembangkan potensi anak. Secara kodrati setiap manusia terdiri dari unsur lahiriah atau jasmaniah dan batiniah.

Mental secara bahasa merupakan suatu hal yang berhubungan dengan watak yang dimiliki manusia. Secara etimologi “mental” berasal dari kata Yunani, yang mempunyai pengertian psikis, jiwa atau kejiwaan. Mental dapat dipahami sebagai sesuatu yang berhubungan dengan aktivitas dalam bentuk

tindakan, seperti diungkapkan oleh Komarudin (2015, hlm. 3) “mental adalah keseluruhan struktur dan proses-proses kejiwaan yang terorganisasi, baik yang disadari maupun yang tidak disadari”. Mental menurut Sibaweh (2015, hlm. 146) sebagai berikut:

Mental merupakan aktivitas diri yang selalu berkaitan dengan perilaku seseorang yang dituangkan dalam bentuk tindakan. Aktivitas yang terdapat dalam diri seseorang baik yang dilakukan oleh akal dan perasaan seseorang akan tercermin dalam perilakunya. Perilaku seseorang baik dan jahatnya seseorang bersumber dari mental yang dimilikinya, kesiapan dan ketidaksiapan seseorang tergantung bagaimana sumber mental yang dimilikinya. Mental yang dimiliki oleh seseorang menjadi sangat berperan dalam hidup dan kehidupannya.

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan mental merupakan suatu usaha sadar yang dilakukan untuk membentuk sikap, melatih, membimbing dan mengarahkan batin dan watak manusia yang lebih baik supaya menjadi manusia seutuhnya. Manusia seutuhnya adalah manusia yang mempunyai kekuatan, baik fisik maupun psikis dan mampu mengadakan perubahan-perubahan dalam tingkah laku dan sikap dimasa yang akan datang.

Pendidikan mental memiliki tiga aspek, yaitu kognitif , afektif maupun psikomotor. Pada pendidikan mental ketiga aspek tersebut merupakan tujuan utama yang diharapkan pada proses belajar.

- a. Kognitif (sikap pikiran), yaitu: mendidik sikap pikiran, merubah pikiran negatif menjadi positif, dan mengembangkan kekuatan pikiran.
- b. Afektif (sikap emosi), yaitu: menjunjung kejujuran, menghormati hak orang lain, dan merasakan kebaikan.
- c. Psikomotor (wujud perilaku), yaitu : memotivasi teman agar berhasil, membantu teman yang sedang dalam kesulitan, dan menunjukkan perilaku peduli.

Seni beladiri pencak silat adalah salah satu yang diterapkan dalam pendidikan mental yaitu sebagaimana yang didefinisikan oleh PB. IPSI beserta BAKIN pada tahun 1975 dalam Mulyana (2014, hlm. 86). Pencak

silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela, mempertahankan eksistensi (kemandiriannya) dan, integritasnya (menunggal) terhadap lingkungan hidup/alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Karena dalam pencak silat ada yang dinamakan aspek mental/pendidikan mental yang bertujuan membentuk sikap dan watak kepribadian seseorang seseui dengan falasafah budi pekerti luhur.

“Pencak silat merupakan ilmu beladiri warisan budaya nenek moyang bangsa Indonesia” Sucipto (2014, hlm. 3). Pencak silat adalah seni beladiri dari Indonesia untuk membela atau menjaga diri dari segala kejahatan dan patut kita lestarikan dan disebarluaskan keberadaannya. Terdapat nilai-nilai yang terkandung didalam pencak silat yaitu: nilai olahraga, seni budaya, bela diri, mental, spiritual dan persaudaraan. Pencak silat terdapat empat kategori 1. Tanding, 2. Tunggal, 3. Ganda, dan 4. Beregu.

Pencak silat berpengaruh terhadap pendidikan di sekolah. Karena pencak silat merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di kurikulum sekolah dan sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan diluar jam pelajaran namun tetap berada di lingkungan sekolah. Program ini dilakukan di sekolah atau diluar sekolah. Kegiatan ini dimaksudkan untuk memperluas pengetahuan siswa, menambah wawasan, menambah keterampilan, menyalurkan minat, bakat, serta melengkapi usaha pembinaan untuk siswa berprestasi. Kegiatan ini dilakukan secara berkala pada waktu tertentu.

Dalam seni beladiri diperlukam ketahanan pribadi yaitu usaha seseorang dalam menggali potensi. Potensi adalah sebuah kemampuan dasar yang dimiliki manusia yang sangat mungkin untuk dikembangkan, sehingga pada intinya potensi berarti suatu kemampuan yang masih bisa dikembangkan menjadi lebih baik. Potensi siswa tentunya dipengaruhi oleh suasana dan proses pembelajaran dilingkungan sekolah. Menurut Soedarsono (1997, hlm. 50). “Ketahanan pribadi merupakan konsep tahap pengembangan diri

manusia sebagai pribadi yang sedemikian rupa sehingga menjadi manusia yang memiliki totalitas yang mantap dan harmonis.”

Ketahanan pribadi adalah kondisi dinamis atau penampilan seseorang yang memiliki keuletan, ketangguhan, dan kemampuan dalam mengembangkan kekuatan diri menghadapi ancaman, tantangan, hambatan dan gangguan yang datang dari dalam dan luar dirinya yang membahayakan integritas, identitas, dan eksistensi dirinya untuk mencapai tujuan dan cita-cita sesuai visi pribadi yang dimiliki.

(http://lengsucouplak.blogspot.co.id/2012/12/meningkatkan-ketahananpribadi-dan_2.html).

Yang harus dimiliki siswa dalam menumbuhkan ketahanan pribadi yaitu diawali dengan keoptimisme dengan memiliki keyakinan atau rasa percaya diri, bertanggung jawab, ulet atau tekun dalam melaksanakan tugas, sanggup mengatasi masalah serta bersungguh-sungguh dalam meraih tujuan.

Berdasarkan penelitian terdahulu dari Jurnal dengan judul *“Peningkatan Ketahanan Pribadi Siswa Dalam Pelajaran Matematika Melalui Pembelajaran Kooperatif STAD Siswa Kelas XI TKR 2 SMK Negeri 1 Singosari”* karya Djuliah (2017) menjelaskan tentang: kurangnya ketahanan pribadi dalam pembelajaran matematika disekolah, metode yang digunakan metode deskriptif yang dilaksanakan tiga siklus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat meningkatkan ketahanan pribadi dengan indikator siswa berani bertanya, berani berpendapat, berani mengerjakan tugas dan kebiasaan tidak mencontoh kuis pekerjaan teman. Dapat disimpulkan bahwa penelitian ini meningkatkan ketahanan pribadi dengan dugaan belum mampu membebaskan diri dari keinginan menggantungkan diri dari pihak lain dan belum memiliki jiwa dinamis kreatif dan pantang menyerah dalam mengerjakan tugas matematika melalui pembelajaran kooperatif STAD.

Penelitian berikutnya dengan judul *“Peran Cabang Olahraga Tarung Derajat Dalam Membentuk Kepribadian dan Implikasinya Terhadap Ketahanan Pribadi (Studi pada Cabang Olahraga Tarung Derajat di Kota Tangerang Provinsi Banten)”* karya Ary Laksana (2016) menjelaskan

tentang: bagaimana peran cabang olahraga tarung derajat dalam membentuk kepribadian dan bagaimana implikasi peserta cabang olahraga tarung derajat dalam membentuk kepribadian terhadap ketahanan pribadi, metode yang digunakan bersifat deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini membentuk sikap disiplin dan tingkah laku atlet, dapat membentuk sikap jujur, dapat membentuk kepercayaan diri, dapat membentuk rasa kekeluargaan, dapat membentuk motivasi yang tinggi bagi atletnya, dan membentuk moral dan mental yang berkarakter. Pembentukan kepribadian atlet oleh olahraga tarung derajat berimplikasi terhadap ketahanan pribadi. Dengan tiga implikasi, memiliki rasa percaya diri dan watak yang dapat diandalkan, berprinsip dan bebas dari rasa ketergantungan, dan memiliki jiwa dinamis, kreatif dan pantang menyerah.

Dari penelitian terdahulu diatas mengenai ketahanan pribadi dengan meneliti siswanya dalam proses pembelajaran berlangsung dalam mengatasi masalah yang sering dihadapi lebih kepada membentuk sikap kepribadiannya. Seperti mengatasi masalah pada proses pembelajaran dan juga pada saat latihan. Dengan tiga implikasi 1. rasa percaya diri dan watak yang dapat diandalkan, 2. berprinsip dan bebas dari rasa ketergantungan, dan 3. memiliki jiwa dinamis, kreatif dan pantang menyerah.

Pengamatan di lapangan penulis menemukan masalah yang sering dialami siswa pada saat melakukan aktivitas, yaitu siswa sering mengeluh (contohnya ketika di beri materi yang baru terkadang mengeluh karena tidak bisa melakukannya dengan alasan cape), mudah putus asa (contohnya ketika siswa melakukan aktivitas lalu ia gagal, tetapi setelah gagal ia tidak mau berusaha kembali), tidak percaya diri (contohnya dalam melaksanakan aktivitas siswa cenderung pasif tidak mau melakukannya), tidak berani dalam mengatasi masalah (contohnya ketika siswa mengalami kesulitan namun ia tidak bisa mengatasi masalahnya), maka hal tersebut dapat mengakibatkan kurangnya ketahanan pribadi pada dirinya. Dilihat dari pemaparan fakta tersebut guru harus memberikan dorongan kepada siswanya agar memiliki

ketahanan pribadi yang kuat dan tangguh dalam menghadapi masalah serta tidak mudah untuk menyerah.

Ketahanan pribadi merupakan keuletan/tekun dan ketangguhan seseorang yang memiliki kemampuan dalam mengembangkan kekuatan diri menghadapi tantangan, hambatan serta gangguan yang datang dari dalam maupun luar yang membahayakan dirinya untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan.

Mengingat pentingnya ketahanan pribadi bagi siswa, maka peneliti menitikberatkan pada bagaimana mengembangkan ketahanan pribadi siswa. Salah satu pendekatannya adalah pendidikan mental melalui olahraga pencak silat. Maka penulis akan meneliti lebih jauh mengenai permasalahan tersebut dengan judul **“Pengaruh Pendidikan Mental Melalui Olahraga Pencak Silat Terhadap Ketahanan Pribadi Siswa SMPN 1 Parongpong Kab. Bandung Barat”**.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian ini membahas mengenai ketahanan pribadi siswa dimana dapat dikembangkannya melalui olahraga pencak silat dengan penerapan pendidikan mental. Pendidikan mental dalam olahraga pencak silat yang dimaksud peneliti adalah berupa mendidik sikap siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler pencak silat seperti keberanian, kesabaran, daya juang, dan tangguh. Ketahanan pribadi siswa adalah usaha siswa dalam menggali potensi diri. Artinya belajar memahami dan kekurangan diri, memiliki rasa tanggung jawab, memiliki rasa percaya diri, pantang menyerah, keuletan/tekun, dan yakin dengan kemampuan dan berjiwa optimis.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis menetapkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat ketahanan pribadi siswa SMPN 1 Parongpong Kab. Bandung Barat dengan perlakuan pendidikan mental melalui olahraga pencak silat?

2. Apakah terdapat ketahanan pribadi siswa SMPN 1 Parongpong Kab.Bandung Barat pada kelompok kontrol?
3. Apakah terdapat perbedaan ketahanan pribadi siswa SMPN 1 Parongpong Kab.Bandung Barat antara kelompok pendidikan mental melalui olahraga pencak silat dengan kelompok kontrol?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah penelitian diatas, maka penelitian ini bertujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apakah terdapat ketahanan pribadi siswa SMPN 1 Parongpong Kab. Bandung Barat dengan perlakuan pendidikan mental melalui olahraga pencak silat?
2. Untuk mengetahui apakah terdapat ketahanan pribadi siswa SMPN 1 Parongpong Kab.Bandung Barat pada kelompok kontrol?
3. Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan ketahanan pribadi siswa SMPN 1 Parongpong Kab.Bandung Barat antara kelompok pendidikan mental melalui olahraga pencak silat dengan kelompok kontrol?

1.4 Manfaat Penelitian

Jika tujuan penelitian ini tercapai, manfaat yang dapat dirasakan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat dijadikan sumbangan pikiran bagi penelitian lain mengenai pendidikan mental melalui olahraga pencak silat terhadap ketahanan pribadi.
2. Secara praktis:
 - a. Bagi peneliti sendiri, dapat menambah wawasan dan ilmu serta teori yang diperoleh.
 - b. Bagi masyarakat, dapat dijadikan acuan dan bahan masukan dalam mengimplemetasikan program pendidikan mental melalui olahraga pencak silat terhadap ketahanan pribadi seseorang.

- c. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat mengembangkan ilmu dan keterampilan lebih baik lagi.

1.5 Batasan Masalah

Agar penelitian ini memperoleh sasaran yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan, maka perlu adanya pembatasan terhadap masalah yang berpedoman dari latar belakang penelitian, serta untuk menghindari timbulnya penafsiran yang sangat luas untuk memperoleh gambaran yang jelas. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Parongpong Kab. Bandung Barat
2. Penelitian ini hanya difokuskan pada pengaruh pendidikan mental melalui olahraga pencak silat terhadap ketahanan pribadi siswa di SMPN 1 Parongpong Kab. Bandung Barat
3. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen.
4. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pendidikan mental melalui olahraga pencak silat, sedangkan variabel terikatnya adalah ketahanan pribadi.
5. Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini adalah pengukuran ketahanan pribadi siswa menggunakan angket dengan skala likert.

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Pada bagian struktur organisasi skripsi memuat rincian tentang sistematika penulisan penelitian skripsi yang dimulai dari bab I hingga bab V. Dari masing-masing bab menggambarkan urutan penulisan, isi kandungan bab, keterkaitan antar satu bab dengan yang lainnya sehingga terbentuk sebuah kerangka suatu proses penelitian yang dituangkan pada sebuah karya ilmiah strata satu yaitu skripsi.

Struktur organisasi skripsi ini disusun sebagai berikut :

1. Bab I Pendahuluan

Bab ini menguraikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, dan struktur organisasi skripsi.

2. Bab II Kajian Pustaka

Bab ini merupakan bab yang berisikan pemaparan teori bersangkutan dengan variable penelitian yang dipilih oleh peneliti. Menurut buku pedoman penulisan karya tulis ilmiah UPI 2018 (2018, hlm. 22) pada prinsipnya kajian pustaka/ landasan teori ini berisikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Konsep-konsep, teori-teori, dalil-dalil, hukum-hukum, model-model, dan rumus-rumus utama serta turunannya dalam bidang yang dikaji;
- b. Penelitian terdahulu yang relevan dengan bidang yang diteliti, termasuk prosedur, subjek, dan temuannya;
- c. Posisi teoritis peneliti yang berkenaan dengan masalah yang diteliti.

3. Bab III Metode Penelitian

Bab ini merupakan bab yang mencakup uraian mengenai metode penelitian, lokasi, populasi dan sampel, desain penelitian dan langkah-langkah penelitian, program perlakuan, variabel penelitian dan definisi operasional, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data.

4. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab ini menyampaikan dua hal utama, yaitu :

- a. Hasil penelitian yang disajikan berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan bentuk, sesuai dengan urutan rumusan masalah penelitian.
- b. Pembahasan hasil penelitian yang menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

5. Bab V Kesimpulan dan Saran

Bab ini merupakan bab dari simpulan dan saran yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis penelitian

sekaligus mengajukan hal-hal yang penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut.