

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Akhir-akhir ini semakin berkembang kegiatan olahraga dijadikan arena untuk mengembangkan berbagai kompetensi di luar dari tujuan olahraga yang bersentuhan dengan keterampilan dan performa. *Life Skills, Social Capital, Critical Thinking, Values* merupakan domain yang sekarang jadi telaahan para peneliti untuk membuktikan bahwa kegiatan olahraga menjadi arena mengembangkan domain-domain dimaksud. Komponen *Life Skills* merupakan kecakapan-kecakapan yang secara praktis dapat membekali seseorang dalam mengatasi berbagai persoalan hidup. Kecakapan ini menyangkut aspek pengetahuan, sikap yang di dalamnya termasuk fisik dan mental, serta kecakapan yang berkaitan dengan perkembangan karakter atau tingkah laku kehidupan. Mereka melihat kecakapan-kecakapan ini sebagai kompetensi prilaku, kognitif, interpersonal, intrapersonal yang dapat dipelajari, dikembangkan dan disempurnakan (S.J.Danish.et.al.,2005). Komponen *Life Skills* meliputi kerjasama tim, penetapan tujuan, komunikasi interpersonal, dan kepemimpinan”, *Life Skills* identik dengan kecakapan yang memungkinkan individu berhasil di lingkungan yang berbeda, seperti di sekolah, rumah, dan lingkungan lainnya (Danish & Nellen, 1997). *Life Skills* bisa bersifat fisik (mengambil sikap tubuh yang benar), perilaku (berkomunikasi secara efektif), atau kognitif (membuat keputusan yang efektif) (Danish & Donohue, 1995). Diakui bahwa olahraga dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan perkembangan anak remaja jika menggabungkan pengajaran keterampilan 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. Olahraga yang dijadikan wahana untuk memberikan pengalaman yang mendorong penilaian diri, dan mengajarkan *Life Skills* kepada peserta olahraga remaja dengan cara disengaja dan sistematis memberikan peluang berhasil lebih baik (Pettipas, 2005).

Ada beberapa alasan Program *Life Skills* bisa diintegrasikan dalam program olahraga, yaitu: pertama ada kemiripan antara keunggulan kinerja dalam olahraga dan keunggulan pribadi dalam kehidupan dan kemiripan nyata antara keterampilan mental yang dibutuhkan untuk kinerja yang sukses dalam olahraga dan di bidang non-olahraga (Danish, Forneris, & Wallace, 2005). Kedua, banyak keterampilan yang dipelajari dalam olahraga dapat dialihkan ke domain kehidupan lainnya. Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk melakukan di bawah tekanan, untuk memecahkan masalah, untuk memenuhi tenggat waktu dan tantangan, untuk menetapkan tujuan, untuk berkomunikasi, untuk menangani keberhasilan dan kegagalan, bekerja dengan tim dan dalam sistem, dan untuk menerima umpan balik dan keuntungan dari itu. Ketiga, kebanyakan anak muda berkenalan dengan olahraga karena ini adalah aktivitas yang meluas di seluruh masyarakat kita. Keempat, Olahraga adalah konteks yang menekankan latihan dan kinerja seperti sekolah dan pekerjaan (Danish, Petitpas, & Hale, 1992). Kelima, keterampilan olahraga dan kecakapan hidup dipelajari dengan cara yang sama, melalui demonstrasi, pemodelan dan praktik (Orlick & McCaffrey, 1991). Keenam, olahraga merupakan faktor penting dalam pengembangan harga diri dan persepsi kompetensi remaja (Danish, Petitpas, & Hale, 1993; Fox, 1992). Olahraga kaya akan nilai-nilai yang dapat memberikan pengalaman sukses dalam mencapai prestasi tertinggi sebagaimana tujuan olahraga itu sendiri, olahraga juga dapat menanamkan nilai keberhasilan kepada individu dalam menetapkan dan mencapai tujuan (Danish, Forneris, Hodge, & Heke, 2004). Selain itu, pendidikan jasmani dapat memanfaatkan potensi olahraga untuk mengajarkan *Life Skills* karena olahraga dan aktivitas jasmani merupakan arena yang memadai yang dapat merepresentasikan semua anak dalam satu kesatuan yang terintegrasi. Strategi optimal yang sebaiknya dikembangkan adalah mengintegrasikan *Life Skills* ke dalam olahraga secara disengaja (Petlichkoff, 2004).

*Positive youth development* (PYD) atau perkembangan pemuda positif adalah sebuah istilah yang mempromosikan remaja dalam melakukan aktivitas yang bermanfaat bagi mereka untuk masa mendatang. “ *Positive Youth Development Refers to promoting competent, healthy and succesful youth and involves the production of experiences, supports and opportunities known to*

*enhance positive development outcomes*” pernyataan di atas artinya bahwa perkembangan pemuda yang positif berupa meningkatnya kompetensi, sehat, sukses karena mendapatkan pengalaman, dukungan, dan kesempatan dalam proses interaksi sosial sebagaimana yang diarahkan untuk meningkatkan hasil perkembangan positif (Benson, Dkk, 2016)

PYD adalah istilah yang paling umum digunakan dalam literatur dan berfokus pada promosi sejumlah kompetensi atau hasil yang diinginkan pada kaum remaja. Kompetensi itu termasuk menjadi individu yang peduli dan etis, mengembangkan rasa harga diri, memiliki orientasi masa depan yang positif dan belajar bagaimana menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan dan lingkungan yang berbeda (*Carnegie Corporation of New York, 1995*). Dalam olahraga, PYD mencakup pembelajaran kebiasaan kesehatan yang positif sehingga menjadi sehat secara fisik. PYD juga mencakup pengembangan psikologis (misalnya rasa optimisme atau harapan) dan keterampilan khusus (misalnya kemampuan untuk menentukan tujuan atau mengelola stres). Kemudian, PYD juga dapat berupa gagasan luas yang mencakup pengembangan beragam kompetensi yang dapat membantu remaja dalam olahraga, dalam kehidupan mereka saat ini dan atau masa depannya. Dalam PYD diajarkan kecakapan hidup (*Life Skills*) sebagai komponen keterampilan yang dapat bermanfaat dalam kehidupan saat ini maupun untuk masa mendatang.

Klub olahraga adalah salah satu lembaga resmi olahraga yang menyalurkan minat dan bakat para anak dan remaja untuk dapat berkembang secara positif melalui olahraga. Ada penelitian terdahulu yang telah mengintegrasikan program berbasis *Life Skills* pada program latihan, seperti Kelsey Kendellen, dkk (2016) yang berjudul “*Integrating life skills into Golf Canada's youth programs: Insights into a successful research to practice partnership*”, yaitu mengintegrasikan program *Life Skill* oleh mahasiswa Universitas Ottawa bekerjasama dengan sekolah golf Canada. Hasilnya sangat menganjurkan *Life Skills* diintegrasikan dalam kurikulum latihan sekolah Golf. Dalam olahraga renang terdapat beberapa proses pembinaan jangka panjang atlet renang atau istilah ini populer disebut *Long Term Athlete Development (LTAD)*. Seorang pelatih nasional butuh 10 tahun atau 10.000 jam latihan kontiyu untuk atlet berbakat agar dapat mencapai

keunggulan olahraga (Raleigh.2011)”. Tidak ada jalan dalam mencapai tinggi dalam olahraga renang, apalagi olahraga renang termasuk olahraga terukur dan banyak peserta di klub renang mulai latihan di usia muda untuk dapat mencapai prestasi di usia dewasa dengan proses latihan yang panjang. Maka seorang pelatih akan memberikan program latihan dengan waktu yang lama untuk mencetak atlet yang berkualitas. Selain fisik yang mapan atlet seyogyanya juga mempunyai sikap yang santun dan mental berkompetisi, di ranah ini olahraga sebagai wahana untuk membangun anak remaja berkembang secara positif dengan mengintegrasikan program *Life Skills* ke dalam program latihan atlet renang.

Olahraga renang populer di usia pelajar di Bandung, untuk perlombaan di Kota Bandung lomba renang antar pelajar selalu ada setiap bulan, dan tidak di pungkiri pelajar yang mengikuti lomba renang rata-rata adalah atlet yang aktif berlatih di klub olahraga renang. Mereka aktif mengikuti latihan renang di klub dengan jadwal beragam, untuk atlet yang sudah menguasai empat gaya berenang memiliki jadwal latihan pagi dan sore tiap harinya selama 6 hari; waktu latihan rata-rata 2 jam lebih setiap latihan (observasi jadwal latihan klub renang Tirtamerta Bandung). Salah satu alasan, mengapa kontinuitas dan intensitas dianggap sebagai penentu utama dalam mencapai prestasi tinggi dalam renang? Apakah partisipasi mengarah pada manfaat yang diinginkan? Jawabannya adalah partisipasi latihan secara teratur, terus menerus, dan berkelanjutan membantu memfasilitasi penguasaan keterampilan dan pengetahuan yang komprehensif (Larson et al. 2006).

Melihat fakta di atas secara sengaja atau tidak sengaja atlet menerapkan kecakapan hidup (*Life Skills*), misalnya; *time management*: atlet belajar mengatur jadwal sehari-hari waktu latihan sebagai atlet dan waktu sekolah sebagai pelajar. “*Athletes believed that participating in high school sports allowed them to develop a number of different life skills. A majority of the participants suggested that having to balance school work and sports allowed them to develop time-management skills.*” Artinya adalah atlet percaya bahwa berpartisipasi dalam olahraga memungkinkan mereka mengembangkan keterampilan manajemen waktu (Camiré, Trudel, & Forneris, 2009).

Kemudian *social skills*: di klub olahraga renang atlet berlatar belakang dari berbagai Desa, Kecamatan dan asal sekolah berbeda mereka belajar berinteraksi dengan teman baru saat latihan renang. “*The most meaningful aspects of competitive youth sport clearly related to participants’ interactions with peers. Without exception, sport provided participants with opportunities to expand their social network.*” Yang artinya aspek paling bermakna dari olahraga bagi pemuda adalah adanya unsur kompetitif yang terkait dengan interaksi atlet dengan teman sebaya. Tanpa kecuali, olahraga menyediakan peluang atlet untuk memperluas jaringan sosial mereka (Holt, Tamminen, Tink, & Black, n.d.).

*Goal setting*: adalah penetapan tujuan, dalam latihan pelatih menetapkan tujuan atlet dalam sesi latihan misalnya: waktu yang harus di tempuh berenang 50 meter dan beban latihan yang harus diselesaikan dalam setiap sesi latihan, dan saat berlomba dapat berenang lebih cepat dari waktu yang bisa ditempuh atlet dalam sesi latihan. Hal ini dipelajari saat anak berperan dalam olahraga renang. Begitu kaya pengalaman remaja yang berpartisipasi dalam klub olahraga. Mereka, selain berperan sebagai seorang siswa di sekolah serta berpartisipasi di klub olahraga sebagai tempat tujuan bersosialisasi dan mengembangkan diri sehingga rutinitas kehidupan sehingga dapat dimaksimalkan dengan kegiatan positif. Hal ini menjadi perbedaan bagaimana seorang remaja yang mendapat kegiatan hanya di sekolah dan banyak menghabiskan waktu luang setelah sekolah dengan kegiatan yang berubah-ubah seperti halnya bermain dengan teman sebaya, dan aktif bermain gadget serta kegiatan yang tidak mengarah pada tujuan yang nyata. Jika dibandingkan dengan remaja yang berpartisipasi dalam olahraga renang (atlet) yang mempunyai kegiatan rutin dalam kesehariannya dari mulai bangun tidur sampai tidur kembali. Pelatih dan orang tua percaya bahwa dengan mengikuti olahraga secara otomatis mempelajari *Life Skills* (McCallister & Dkk, 2000). Hal ini bertentangan dengan teori para ahli yang menunjukkan bahwa program olahraga yang secara terstruktur dirancang untuk mengajarkan *Life Skills* mungkin lebih cocok untuk menumbuhkan hasil perkembangan anak muda yang positif, jika dibandingkan dengan program olahraga yang tidak sengaja dibuat (Bean & Fornneris, 2016). Di landasi oleh *gap* yang ada pada penelitian

terdahulu, maka dari itu peneliti menguji perbedaan perkembangan *Life Skills* atlet renang dengan siswa biasa.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dirumuskan permasalahan yang diteliti sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan perkembangan *Life Skills* antara kelompok atlet renang yang diberi muatan *Life Skills*, dengan kelompok atlet renang yang tidak diberikan muatan *Life Skills* dan kelompok siswa yang tidak mengikuti klub renang ?
2. Apakah perkembangan *Life Skills* kelompok atlet renang yang diberi program *Life skills* lebih tinggi dari kelompok atlet renang yang tidak diberikan muatan *Life Skills* ?
3. Apakah perkembangan *Life Skills* kelompok atlet renang yang diberi program *Life skills* lebih tinggi dari kelompok siswa yang tidak mengikuti klub olahraga renang ?
4. Apakah perkembangan *Life Skills* kelompok atlet renang yang tanpa diberi program *Life Skills* lebih tinggi dari kelompok siswa biasa yang tidak mengikuti olahraga renang ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berasarkan rumusan masalah, maka tujuan yang ingin dicapai dalam pelaksanaan penelitian ini adalah :

1. Untuk menguji perbedaan perkembangan *Life Skills* atlet renang yang diberi muatan *Life Skills* dengan kelompok atlet renang tanpa diberi muatan *Life Skills* dan kelompok non atlet renang tanpa muatan *Life Skills*.
2. Untuk mengetahui perbedaan perkembangan *Life Skills* atlet renang yang diberi muatan *Life Skills* dengan kelompok atlet renang tanpa diberi muatan *Life Skills*.

3. Untuk mengetahui perbedaan perkembangan *Life Skills* atlet renang yang diberi muatan *Life Skills* dengan non atlet renang tanpa diberi muatan *Life Skills*.
4. Untuk mengetahui perbedaan perkembangan *Life Skills* atlet renang tanpa diberi muatan *Life Skills* dengan non atlet tanpa diberi muatan *Life Skills*.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai perkembangan remaja yang positif melalui pengajaran *Life Skill* dalam proses pembinaan calon atlet dan atlet di klub olahraga renang
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendorong para pelatih renang selain membina atlet yang hebat dalam olahraga renang serta membina perilaku yang etis dan peduli pada orang lain serta santun pada pelatih dan lawan.
3. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti untuk terus menggali ilmu mengenai *Life Skills* dan mengembangkan serta menerapkan dalam proses pembinaan atlet pada klub renang
4. Hasil penelitian ini semoga dapat bermanfaat bagi Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana sebagai pencetak ilmuwan olahraga yang berkualitas dalam mengembangkan olahraga sebagai wahana mengembangkan pemuda yang positif, khususnya melalui integrasi *Life Skills* yang juga dapat bermanfaat sebagai alat pemersatu bangsa.

#### **E. Struktur Organisasi Tesis**

Sistematika penulisan pada penelitian ini adalah sebagai berikut: Bab I pendahuluan yang membahas latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis. Bab II kajian pustaka, kerangka berpikir, dan hipotesis. Bab III metode penelitian yang membahas mengenai desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, teknik analisis data. Bab IV analisis data dan temuan & pembahasan. Bab V kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi. Bagian terakhir tercantum Daftar Pustaka.