

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Isu globalisasi menjadi titik permasalahan terbesar di dunia. Teknologi informasi (TI) telah merevolusi kehidupan masyarakat dengan kemudahan berkomunikasi dan berinteraksi secara digital. Cleary et al. (2020) memaparkan bahwa kemudahan mengakses *smartphone* cenderung meningkatkan tingkat kecanduan pada remaja yang dapat mempengaruhi kesehatan dan interaksi sosialnya. Kecenderungan meningkatnya kasus remaja kecanduan gawai tersebut terkait dengan tingginya penetrasi internet. Berdasarkan survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2020) sebanyak 196,71 juta jiwa atau 73,7% dari populasi Indonesia menggunakan internet. Penetrasi pengguna internet terbesar di usia 10-19 tahun sebesar 82%. Hal ini disebabkan masa remaja merupakan fase paling kritis pada individu dengan keinginan mencoba hal yang baru, ini menunjukkan tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, emosional dan sosialnya (Shim, 2019). Mengingat hal tersebut, remaja merupakan tahap yang paling rentan untuk melakukan perilaku negatif atau sering disebut dengan remaja berisiko. Sehingga remaja perlu dilibatkan dalam kegiatan yang bermuatan positif guna menunjang perannya yang akan dihadapkan sebagai kader pembangunan bangsa.

Sport for Development and Peace (SDP) atau olahraga untuk pengembangan mencakup domain global yang besar dan berkembang sangat pesat. Joachim et al. (2019); Kidd (2008) menjelaskan bahwa olahraga, permainan dan aktivitas fisik digunakan untuk mencapai tujuan sosial non olahraga seperti pembangunan perdamaian dan pengurangan konflik, pemberdayaan gender, peningkatan kesehatan dan penanggulangan penyakit, pengurangan kejahatan dan kekerasan, penanggulangan radikalisme dan remaja berisiko. Hal ini menekankan olahraga sebagai alat yang berguna untuk pembangunan dan perdamaian, yang perencanaan dan pelaksanaannya berbasis olahraga remaja.

Olahraga remaja dikenal sebagai sarana prasarana yang dapat mengembangkan keterampilan remaja supaya dapat berkontribusi secara positif

kepada masyarakat. Seperti yang dijelaskan oleh Bean et al. (2020); Preston et al. (2019) bahwa olahraga pada remaja telah diidentifikasi sebagai sarana yang layak untuk memfasilitasi perkembangan remaja yang positif dikaitkan dengan peningkatan individu baik dalam segi perkembangan fisik, psikologis dan sosialnya guna menjadi individu yang siap untuk kehidupan selanjutnya. Cope et al. (2017) mengatakan bahwa olahraga identik dengan sebuah ketekunan dalam mempelajari keterampilan baru dan dituntut untuk bekerja keras serta menjalin kerja sama untuk menyelesaikan masalah dan membuat keputusan. Oleh karena itu, banyak sekali hal positif yang mendorong keterlibatan remaja dalam olahraga.

Meningkatnya partisipasi remaja dalam olahraga merupakan kesempatan yang sangat bagus untuk membentuk kepribadian remaja atau menyiapkan remaja yang berkualitas sehingga remaja tersebut dapat menghadapi tantangan hidup di masa yang akan mendatang. Côté, J., & Fraser-Thomas (2007) menjelaskan bahwa partisipasi dalam olahraga dapat meningkatkan aspek fisik dan psikososial. Hal ini ditegaskan bahwa olahraga diidentifikasi sebagai sarana yang layak untuk memfasilitasi perkembangan remaja yang positif dikaitkan dengan peningkatan individu baik dalam segi perkembangan fisik, psikologis dan sosialnya guna menjadi individu yang siap untuk kehidupan selanjutnya (Bean et al., 2020; Preston et al., 2019). Oleh karena itu, remaja merupakan tahapan yang cocok untuk dibekali hal-hal positif seperti yang dikonsepsikan dalam *Positive Youth Development* (PYD).

Positive Youth Development (PYD) mengembangkan sebuah konsep pendekatan defisit yang dapat mengurangi masalah perilaku negatif pada remaja (Kendellen et al., 2017). Hal tersebut sangat berperan dalam mengajarkan remaja pada sikap dan perilaku yang positif. Serupa dengan pernyataan Jacobs & Wright (2018) bahwa pengembangan pemuda berbasis olahraga atau *Sport Based Youth Development* (SBYD) melalui program olahraga mempromosikan remaja yang berkualitas atau tidak hanya meningkatkan kinerja fisik tetapi juga membantu perkembangan psikososial remaja. Kerangka pengembangan remaja yang positif atau PYD berhubungan dengan *life skills*.

Jordans (2003) mendefinisikan *life skills* sebagai kemampuan psikososial untuk perilaku adaptif dan positif yang memungkinkan individu secara efektif dapat menangani tuntutan dan tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya

kemampuan sosial berupa komunikasi dapat membantu seseorang dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. *Life skills* juga diartikan sebagai suatu keterampilan individu yang dapat berhasil hidup dalam berbagai lingkungan (Danish et al., 2004; Gould & Carson, 2008; Kendellen & Camiré, 2020). Hal ini membuktikan bahwa *life skills* merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan.

Instrumen *life skills* berhasil dikembangkan oleh Cronin & Allen (2017), dengan memuat delapan komponen, yaitu *teamwork*, *goal setting*, *time management*, *emotional skills*, *communication*, *social skills*, *leadership*, dan *problem solving and decision making*. Komponen tersebut didasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Kendellen et al. (2017), yaitu menghasilkan rancangan model kurikulum pelatihan olahraga golf dengan mengintegrasikan pengembangan kecakapan hidup bagi anak-anak usia muda di Canada. Program tersebut meliputi dua komponen dasar, pertama, *intrapersonal life skills* yang terdiri dari tiga elemen kunci: (1) *perseverance*; (2) *goal setting*; dan (3) *emotional regulation* serta kedua, *interpersonal life skills* yang juga terdiri atas tiga elemen kunci: (1) *honesty*; (2) *teamwork*; dan (3) *respect*. Hasilnya menunjukkan bahwa komponen kecakapan hidup tertanam dan cenderung akan berkembang dengan baik pada pemuda yang mengikuti pelatihan golf tersebut.

Life skills yang sudah tertanam dalam individu dapat meningkatkan perkembangan psikososial yang dapat dilakukan saat melakukan program olahraga (Gould & Carson, 2008; Kendellen et al., 2017; Pierce et al., 2018; Kendellen & Camiré, 2020). 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 (Camiré et al., 2012; Kendellen & Camiré, 2019; Pierce et al., 2017; Turnnidge et al., 2014). Pendekatan implisit adalah berfokus pada pengembangan keterampilan 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 keterampilan fisik, yaitu dalam penerapannya dimulai dengan *demonstration*, *modeling and practice* (Grange, 2014). 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 (Hansen et al., 2003; Hodge et al., 2013; Brunelle et al., 2007; Petitpas et al., 2005). Oleh karena itu, kecakapan hidup atau *life skills* ini harus secara sengaja diajarkan dalam olahraga.

Seperti yang diungkapkan oleh Gould & Carson (2008), *life skills* yang diajarkan melalui olahraga akan mempengaruhi kehidupan remaja yang positif. Artinya *life skills* dapat bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari baik masa kini maupun masa mendatang. Kecakapan hidup ini meliputi keterampilan individu atau sosial yang harus dipelajari oleh remaja, serta pada akhirnya dapat memperlakukan diri mereka sendiri dan orang lain dari seluruh masyarakat dengan cara yang tepat secara aman dan efektif. Hal serupa dijelaskan oleh Petitpas et al. (2005) mengungkapkan bahwa program pengajaran kecakapan hidup sangat cocok diintegrasikan dalam program olahraga, apabila program olahraga remaja yang mempromosikan pengembangan psikososial adalah olahraga yang dijadikan wahana untuk memberikan pengalaman yang mendorong penilaian diri, dan mengajarkan kecakapan hidup kepada remaja dengan cara disengaja dan sistematis.

Cronin & Allen (2017) mengungkapkan bahwa melalui program olahraga, keterampilan remaja dan anak muda dapat berkembang seperti kerjasama tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi, keterampilan sosial, kepemimpinan, pemecahan masalah serta pengambilan keputusan. Oleh karena itu, olahraga merupakan media yang sangat cocok dalam memfasilitasi pengembangan kecakapan hidup 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 hidup, nilai moral, kepribadian individu (Camiré et al., 2012; Hermens et al., 2017). Oleh karena itu, pengembangan *life skills* melalui partisipasi olahraga merupakan salah satu dari tiga tujuan utama latihan olahraga pada remaja. Seperti yang diungkapkan oleh Côté, J., & Fraser-Thomas (2007) : (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 keterampilan motorik.

Selain itu, para peneliti telah mulai mengembangkan kerangka kerja yang menjadi dasar pengembangan program olahraga yang memfasilitasi pengembangan remaja positif (Forneris et al., 2012). Meskipun terdapat perbedaan dalam mendefinisikan mengenai kecakapan hidup, namun pada esensinya sama bahwa kecakapan hidup adalah kemampuan dan keterampilan yang diperlukan seseorang untuk menjalankan dengan senang dan bahagia, dengan demikian kecakapan hidup harus merefleksikan nilai-nilai kehidupan sehari-hari yang positif. Seperti yang diungkapkan oleh para peneliti (Mossman & Cronin, 2019; Modulates & Behaviour, 2015) semua cabang olahraga secara eksplisit (program latihan yang disengaja) sangat berperan dalam meningkatkan *life skills* serta mendorong adanya pengembangan pemuda yang positif atau PYD. Salah satunya adalah olahraga hoki.

Olahraga hoki sangat berpotensi dalam mempromosikan PYD karena olahraga ini masih perlu didorong untuk memiliki rasa toleransi, pengendalian diri dan disiplin yang tinggi. Hal ini diungkapkan oleh Santos et al. (2018); McFee (2004) bahwa sebagian besar program olahraga hoki berkaitan dengan sikap dan moral atlet, sehingga nilai-nilai yang terkandung didalamnya dapat meningkatkan sikap dan moral atlet dan kan lebih baik jika diberikan dengan sengaja.

Oleh karena itu, penelitian ini ditujukan dalam rangka mengoptimalkan keterlibatan remaja dalam olahraga hoki dengan diterapkannya prinsip-prinsip pembekalan muatan *life skills* untuk mewujudkan *Positif Youth Development* (PYD). Maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Integrasi Program *Life Skills* pada Olahraga Hoki Remaja dalam Rangka *Positive Youth Development* (PYD)”.

1.2. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara pelatihan hoki yang terintegrasi *life skills* dengan nonintegrasi *life skills* terhadap perkembangan *life skills* dalam

rangka *Positive Youth Development*? Jika terdapat perbedaan, mana yang lebih baik?

2. Komponen *life skills* manakah yang mengalami peningkatan paling tinggi?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menguji Integrasi Program *Life Skills* dalam Olahraga Hoki Remaja berpengaruh terhadap Peningkatan Kemampuan *Life Skills*. Adapun tujuan secara khusus, yaitu :

1. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara pelatihan hoki yang terintegrasi *life skills* dengan nonintegrasi *life skills* terhadap perkembangan *life skills* dalam rangka *Positive Youth Development*.
2. Untuk mengetahui komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi.

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat dibagi menjadi empat, yaitu manfaat dari segi teori, segi kebijakan, segi praktik dan segi isu serta aksi sosial. Dalam penelitian ini mudah-mudahan memiliki manfaat sebagai berikut:

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.

2. Segi Kebijakan

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*.

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*.

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

Untuk mempermudah dalam pembahasan dan penyusunan selanjutnya, maka berikut rencana penulis untuk membuat kerangka penulisan yang akan diuraikan berdasarkan sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan :

Berisi penjelasan latar belakang masalah penelitian yang diawali dengan efek globalisasi yang berdampak pada perilaku negatif remaja. *Positive Youth Development* dijadikan sebagai isu global yang dapat mengajarkan remaja pada sikap dan perilaku yang positif termasuk nilai-nilai *life skills*. Kemudian dijelaskan pula tentang pentingnya kecakapan hidup atau *life skills* yang perlu diintegrasikan dengan sengaja pada program latihan olahraga hoki. Adapun pembahasan rumusan masalah penelitian yang terdiri dari satu permasalahan, tujuan penelitian dan manfaat penelitian yang dipaparkan secara teoritis dan secara praktis.

BAB II Kajian Pustaka :

Bab ini berisikan konsep-konsep, dalil-dalil, hukum-hukum dan rumus-rumus utama serta turunannya mengenai *life skills*, konsep integrasi *life skills*, komponen *life skills*, transfer *life skills* dan program olahraga hoki yang terintegrasi *life skills*. Pada Bab ini dijelaskan pula tentang kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

BAB III Metode Penelitian :

Bab ini merupakan bagian yang bersifat prosedural, yakni bagian yang mengarahkan pembaca untuk mengetahui bagaimana peneliti merancang alur penelitiannya. Pada bab ini pun dibahas tentang deskripsi mengenai populasi dan sampel penelitian, serta metode penelitian yang akan dilakukan adalah eksperimen dengan pengumpulan data menggunakan angket.

BAB IV Temuan dan Pembahasan :

Bab ini menyampaikan 2 hal utama, yakni (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian, dan (2) pembahasan temuan penelitian atau hipotesis; terdapat perbedaan pengaruh antara pelatihan hoki yang terintegrasi *life skills* dengan nonintegrasi *life skills* terhadap perkembangan *life skills* dalam rangka *Positive Youth Development*. Pelatihan hoki terintegrasi *life skills* lebih baik daripada nonintegrasi *life skills*, komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi pada kelompok terintegrasi *life skills* adalah

komunikasi interpersonal, kerjasama tim dan kecakapan sosial. Sedangkan komponen *life skills* yang mengalami peningkatan paling tinggi pada kelompok nonintegrasi *life skills* adalah kerjasama tim.

BAB V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi :

Pada bab ini dibahas mengenai simpulan penelitian terkait keefektifan pemberian program latihan hoki dalam dua kondisi yang berbeda dan kelompok sampel yang tidak mengikuti latihan aktivitas olahraga terhadap pengembangan *life skills*. Pembahasan implikasi teoritis yang menyatakan bahwa ketika proses latihan diintegrasikan *life skills* dapat berdampak pada peningkatan remaja yang positif. Rekomendasi penelitian ini juga dipaparkan dalam bab ini dengan menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis.