

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada saat era globalisasi saat ini, teknologi sangat berperan penting dan sangat berpengaruh terhadap perkembangan kaum milenial. Menurut Rohmanasari et al., (2019) hal tersebut menjadi tantangan tersendiri untuk pelaku yang menjalaninya, supaya dapat meningkatkan kualitas serta mutu sumber daya manusia untuk dapat bersaing dalam tuntutan era globalisasi. Semua informasi dapat diterima dengan mudah oleh semua kalangan masyarakat baik anak-anak maupun orang dewasa seiring perkembangan teknologi yang sangat pesat ini. Tidak dapat dipungkiri informasi yang didapat tidak hanya informasi yang bersifat positif melainkan informasi yang bersifat negatif.

Menurut survey Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia (2020) sebanyak 196,71 juta jiwa atau 73,7% dari populasi Indonesia menggunakan internet. Hal ini disebabkan masa remaja merupakan fase yang paling kritis pada individu dengan keinginan mencoba hal yang baru, masa remaja menunjukkan tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, emosional dan sosialnya (Shim, 2019). Informasi yang didapat sangat berpengaruh untuk seseorang atau individu terhadap perkembangan, baik perkembangan positif maupun perkembangan negatif. Oleh karena itu, *life skills* atau kecakapan hidup sangat berperan penting dalam perkembangan individu atau seseorang.

Kecakapan hidup atau *life skills* didefinisikan sebagai kemampuan fisik seseorang, perilaku seseorang, dan kognitif seseorang yang memungkinkan remaja yang hidup dilingkungan yang berbeda. Adapun Badan Kesehatan Dunia atau WHO (*World Health Organization*) mendefinisikan bahwa kecakapan hidup atau *life skills* merupakan kemampuan untuk berperilaku adaptif dan positif yang memungkinkan

individu secara efektif menangani tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Kendellen et al., (2017) kecakapan hidup merupakan aset, nilai, dan keterampilan psikologis yang memungkinkan individu untuk secara efektif dapat menangani tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kecakapan hidup adalah aset, nilai, pengendalian masalah, pengendalian emosi, dan perilaku positif.

Pada saat ini membahas *life skills* (kecakapan hidup) bagi remaja menjadi aktual dibahas karena banyak alasan yang rasional seperti masih banyak angka pengangguran dan putus sekolah. Banyak remaja yang meninggalkan sekolah dan mencari kerja, sementara masih banyak remaja yang meninggalkan pendidikan menengah dan tinggi sebelum waktunya karena mereka merasa bahwa melanjutkan pendidikan tidak akan berguna dalam mencari kerja. Hal ini dikarenakan perubahan zaman dan teknologi yang semakin canggih di era Globalisasi ini. Menurut Cleary et al, (2020) mengungkapkan bahwa dengan 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. Untuk mengantisipasi arus globalisasi ke arah yang negatif maka remaja harus mengetahui dan dibekali dengan *life skills* sehingga remaja lebih mengarah ke dalam kegiatan yang bermuatan positif. Kecakapan hidup sangat membantu remaja, tidak hanya berhasil dalam menjalani kehidupan sehari-harinya saja, melainkan sangat membantu remaja dalam bidang olahraga yang ditekuninya.

Dalam tahap remaja merupakan tahap paling rentan melakukan perilaku yang negatif, sehingga remaja diharuskan untuk terlibat dalam kegiatan yang positif. Menurut Brunelle et al., (2007) bahwa olahraga dapat berfungsi untuk meningkatkan karakter dan nilai apabila dikombinasikan dengan program kecakapan hidup. Adapun menurut Gould & Carson, (2008) bahwa olahraga dasar untuk mengajarkan kecakapan hidup kepada kaum muda karena olahraga merupakan kegiatan dimana pengembangan keterampilan adalah norma dan itu merupakan suatu nilai di

masyarakat, dan anak-anak maupun remaja agar termotivasi untuk terlibat. Oleh karena itu, olahraga berperan penting untuk perkembangan positif bagi remaja.

Pada umumnya kecakapan hidup dapat diklasifikasikan menjadi dua bagian yaitu intrapersonal (misalnya fokus, ketekunan, penetapan tujuan, pengaturan emosi) dan interpersonal (misalnya *sportspersonship*, kejujuran, kerja sama tim, rasa hormat) (Bean et al., 2016). Menurut Bean et al., (2016) juga keterampilan intrapersonal mengacu pada keterampilan yang lebih bersifat internal, sedangkan keterampilan interpersonal mengacu pada keterampilan yang dapat digunakan selama interaksi sosial. Aspek-aspek yang termasuk kedalam kecakapan hidup tersebut tidak hanya membantu untuk keberhasilan dalam bidang olahraganya saja, akan tetapi membantu dalam kehidupan sehari-harinya yang tidak berkaitan dengan bidang olahraga.

Olahraga merupakan sarana prasarana untuk mengembangkan keterampilan remaja yang positif. Olahraga adalah salah satu bagian penting bagi kehidupan manusia. Menurut Bean et al (2020) (dalam Preston et al., 2021) olahraga pada remaja 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 untuk diterapkan di kehidupan sehari-hari. Karena, dengan sering berolahraga maka kegaitan remaja akan lebih bermanfaat. Kegiatan olahraga adalah kegiatan yang tidak akan pernah putus dilakukan manusia, bahkan olahraga dapat dikatakan suatu bagian dari kegiatan hidup manusia. Menurut Knifsend & Graham (2012) (dalam Jones et al 2020) di Amerika Serikat, olahraga sekolah menengah merupakan salah satu kegiatan paling populer selama masa remaja awal dan konteks yang berpotensi untuk mempromosikan perkembangan fisik, mental, dan sosial. Dalam meningkatkan remaja dalam bidang olahraga merupakan kegiatan yang sangat bagus untuk membentuk karakter atau kepribadian remaja yang positif dan menyiapkan remaja yang berkualitas agar remaja dapat menghadapi tantangan hidup yang akan datang.

Dalam bidang olahraga meningkatkan partisipasi remaja sangat penting karena sangat bagus untuk membentuk dan mengembangkan kepribadian remaja atau menyiapkan remaja yang berkualitas dan bermanfaat sehingga remaja dapat menghadapi tantangan-tantangan dalam kehidupannya. Olahraga sangat identik dengan ketekunan dalam mempelajari keterampilan baru dan dituntut untuk bekerja keras serta menjalin kerja sama untuk menyelesaikan masalah dan membuat keputusan tersebut (Cope et al., 2017). Adapun menurut Anira, Syarifatunnisa, Amung Ma'mun, (2021) aktivitas jasmani memiliki ciri yaitu untuk perkembangan remaja yang memberikan kesempatan untuk kesenangan, penghargaan sosial, kerja sama dengan teman dan guru, tubuh serta pikiran yang sehat. Oleh karena itu, remaja merupakan tahap yang paling cocok untuk mengatuhui dan dibekali hal-hal positif yang di konsepskan ke dalam *Positive Youth Development* (PYD).

Positive Youth Development (PYD) merupakan suatu yang memahami remaja sebagai aset perkembangan manusia. *Positive Youth Development* (PYD) mengembangkan sebuah konsep pendekatan defisit yang dapat mengurangi masalah perilaku negatif pada remaja saat ini (Kendellen et al., 2017). Adapun Brink & Wissing, (2012) berpendapat bahwa *Positive Youth Development* (PYD) berfokus secara khusus sebagai fasilitator untuk memfasilitasi pengembangan pemuda. *Positive Youth Development* (PYD) merupakan sebuah pandangan baru untuk menentang pandangan tradisional mengenai masa remaja. Dunia pendidikan tidak bisa lepas dari permasalahan khususnya dikalangan siswa atau remaja. Remaja dikatakan sebagai masa perubahan identitas diri karena sifatnya banyak berubah-ubah sesuai suasana hati dan keadaan lingkungan pergaulan. Adapun pendidikan jasmani dianggap sebagai sarana untuk promosi aktivitas fisik dilingkungan sekolah, olahraga sekolah juga memberikan kesempatan untuk melibatkan remaja dalam aktivitas fisik. Menurut Pancer (2015) (dalam Roos & Haanpää, 2017) aset inti lain dari PYD ditentukan sebagai karakter diri, yang tercermin dalam penghormatan individu terhadap aturan sosial dan budaya.

. Perspektif PYD akan relevan dengan program yang diberikan kepada remaja berdasarkan ide-ide pengembangan yang positif karena semua remaja dapat dikembangkan, perkembangan ini bertujuan untuk mengurangi remaja melakukan perilaku berisiko. Pengurangan remaja melakukan perilaku berisiko ini merupakan inti dari kerangka PYD. Menurut 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 membantu juga perkembangan psikososial remaja. Oleh karena itu, untuk mengembangkan remaja yang positif berhubungan dengan *life skills*.

Life skills merupakan aspek yang paling penting untuk mengembangkan remaja yang positif. Jordans, (2003) mendefinisikan bahwa *life skills* sebagai kemampuan psikososial untuk perilaku adaptif dan positif yang memungkinkan individu secara efektif dapat menangani tuntutan dan tantangan dalam kehidupan sehari-hari para remaja. Oleh karena itu, membekali remaja dengan *life skills* akan membantu remaja untuk mandiri dan mampu menyelesaikan masalah sehari-hari. Seperti halnya kemampuan sosial seperti komunikasi dapat membantu remaja dalam menjalin hubungan baik dengan orang lain.

Dalam *life skills* menerapkan pengembangan untuk bertahan hidup, tumbuh dan berkembang, memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dan berhubungan baik secara individu, atau kelompok. Instrumen *life skills* berhasil dikembangkan oleh Cronin & Allen, (2017) bahwa ada delapan komponen dalam *life skills* sebagai berikut Kerjasama tim (*teamwork*), penetapan tujuan (*goal setting*), manajemen waktu (*time management*), kecakapan emosi (*emotional skills*), komunikasi interpersonal (*interpersonal communication*), kecakapan sosial (*social skills*), kepemimpinan (*leadership*), dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan (*problem solving and decision making*). Menurut Camiré et al., (2012) dalam penelitian tentang transfer *life skills*, diantaranya yaitu dengan cara difasilitasi dengan media olahraga yang menggunakan pendekatan implisit atau eksplisit. Pendekatan implisit

merupakan fokus dalam pengembangan keterampilan cabang olahraga tertentu, sedangkan pendekatan eksplisit lebih mengacu terhadap program latihan dengan sengaja mengembangkan dan transfer *life skills* dalam olahraga.

Life skills dalam olahraga sangat berpengaruh terhadap pengembangan remaja yang positif. Seperti halnya peneliti yang mengatakan bahwa peran olahraga sebagai media dalam pengembangan *life skills* berdampak sangat signifikan (Hansen et al., 2003; Petitpas et al., 2005 Brunelle et al., 2007; Hodge et al., 2013.). Seperti halnya yang diungkapkan oleh Gould & Carson, (2008) bahwa *life skills* yang diajarkan melalui olahraga akan mempengaruhi kehidupan sehari-hari remaja yang positif. Oleh karena itu, *life skills* ini harus secara sengaja dikembangkan atau diajarkan dalam olahraga. Karena, *life skills* sangat bermanfaat bagi kehidupan sehari-hari.

Program *life skills* cocok diintegrasikan dengan program olahraga, karena olahraga dijadikan wahana untuk memberikan pengalaman untuk mendorong penilaian diri, dan mengajarkan atau mengembangkan kecakapan hidup kepada remaja dengan cara yang disengaja. Cronin & Allen, (2017) mengungkapkan bahwa dengan 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 dapat memfasilitasi pengembangan *life skills* karena olahraga dapat menimbulkan interaksi sosial yang sangat intens. Tidak hanya partisipasi dalam bidang olahraga saja yang dapat meningkatkan perkembangan yang positif tetapi pengalaman olahraga yang menjadi faktor penting dalam perkembangan remaja yang positif.

Adapun tujuan dari pengembangan *life skills* dalam olahraga yaitu untuk mengembangkan nilai-nilai sosial, moral dan kepribadian individu. Seperti yang diungkapkan oleh Côté, J., & Fraser-Thomas, (2007) : (a) memungkinkan remaja untuk selalu aktif secara fisik untuk meningkatkan kesehatan fisik, (b) selalu ikut berkontribusi pada pengembangan psikososial dengan mempromosikan pengembangan *life skills*, dan (c) mendorong penguasaan keterampilan motorik

remaja. Jadi tujuan inti dari pengembangan *life skills*. Kecapakan hidup merupakan kemampuan yang sangat diperlukan seseorang untuk menjalankan hidup dengan senang dan bahagia. Mossman & Cronin, (2019) mengungkapkan bahwa semua cabang olahraga secara eksplisit (program latihan yang disengaja) sangat berperan penting dalam meningkatkan *life skills* serta mendorong adanya pengembangan pemuda yang positif atau PYD. Dengan itu, salah satu olahraga yang dapat dikembangkan untuk pengembangan *life skills* yaitu olahraga hoki.

Olahraga hoki di Indonesia sudah mulai berkembang di daerah-daerah. Menurut Stöckl & Morgan, (2013) olahraga hoki dinilai sebagai olahraga yang mempunyai karakteristik yang unik karena pada permainan hoki hanya dapat menggerakkan bola dengan menggunakan sisi tongkat yang diratakan. Adapun tujuan permainan hoki menurut Lidor & Ziv, (2015) yaitu untuk memindahkan bola ke pertahanan lawan mendorong bola ke kandang lawan atau ke daerah pertahanan lawan dengan menggunakan tongkat hoki atau *stick*. Akan tetapi permainan hoki ini dianggap berbahaya, seperti halnya diungkapkan oleh Tremayne et al., (2011) bahwa permainan olahraga hoki dianggap sebagai permainan yang membahayakan karena dalam permainan olahraga hoki praktiknya menggunakan alat berupatongkat hoki dan bola yang keras. Meskipun begitu, terdapat peraturan-peraturan dan peralatan yang aman dalam bermain hoki yang menunjang keselamatan permainan hoki.

Olahraga hoki sangat bermanfaat dan berpotensi untuk mengembangkan atau mempromosikan *Positive Youth Development* (PYD) karena dalam olahraga hoki diperlukan untuk memiliki rasa kerjasama, toleransi, pengendalian diri, dan disiplin. Santos et al., (2018) mengungkapkan bahwa sebagian besar olahraga hoki berkaitan dengan sikap dan moral atlet, sehingga nilai-nilai yang terkandung didalamnya dapat meningkatkan sikap dan moral atlet yang lebih baik jika diberikan dengan sengaja.

Adapun pendidikan jasmani juga berperan untuk meningkatkan kecapakan hidup dalam rangka PYD, seperti yang dijelaskan oleh Mahendra, (2015) bahwa pendidikan jasmani merupakan proses dari pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal

fisik, mental, dan emosional. Sekolah sangat memiliki peranan penting dalam meningkatkan keterlibatan remaja dalam peluang olahraga. Menurut Lubans et al., (2011) peluang untuk promosi aktivitas fisik di sekolah meliputi istirahat, makan siang, lingkungan fisik sekolah, transportasi aktif, aktivitas fisik, kegiatan ekstrakurikuler dan olahraga sekolah. Permainan hoki di sekolah merupakan olahraga yang mengacu terhadap sistem pendidikan, kegiatan ekstrakurikuler atau penambahan jam pelajaran diluar kegiatan belajar mengajar (KBM) yang secara tidak langsung memberikan hiburan di luar KBM yang tidak mereka sadari. Oleh karena itu, olahraga hoki bertujuan sebagai olahraga rekreasi. Adapun siswa yang sudah memiliki bakat bermain hoki, maka siswa tersebut diarahkan kepada olahraga prestasi. Untuk mengetahui peningkatan *life skills* melalui pelatihan hoki maka dilakukan pelatihan hoki diluar kegiatan belajar mengajar (KBM).

Kecakapan hidup merupakan aset, nilai, dan keterampilan psikologis seseorang yang memungkinkan remaja yang hidup di lingkungan yang berbeda. Dalam tahap remaja ini merupakan tahap yang paling rentan melakukan perilaku negatif, sehingga remaja perlu untuk terlibat dalam kegiatan yang positif seperti pengembangan *life skills* atau kecakapan hidup. Seperti halnya melakukan olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan karakter dan nilai seseorang, salah satunya olahraga hoki. Seperti yang dijelaskan oleh Santos et al., (2018) bahwa sebagian besar olahraga hoki berkaitan dengan sikap dan moral atlet, sehingga nilai-nilai yang terkandung didalamnya dapat meningkatkan sikap dan moral atlet yang lebih baik jika diberikan dengan sengaja. Oleh karena itu, melalui olahraga hoki dapat meningkatkan kecakapan hidup remaja.

Peningkatan atau pengembangan *life skills* melalui bidang olahraga sangat penting karena kecakapan hidup salah satu dari tiga tujuan utama dari latihan olahraga. Seperti yang dijelaskan oleh Trottier & Robitaille, (2014) a) memungkinkan pemuda untuk aktif secara fisik dan meningkatkan fisik mereka, b) berkontribusi pada pengembangan psikososial dengan mempromosikan pengembangan kecakapan hidup, dan c) mendorong penguasaan motorik. Oleh

karena itu, penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan remaja dalam pelatihan hoki dengan diterapkan prinsip-prinsip *life skills* untuk mewujudkan *Positive Youth Development* (PYD). Maka penulis melakukan penelitian ini yang berjudul **“Pengembangan *Life Skills* melalui Pelatihan Hoki Dalam Rangka *Positive Youth Development* (PYD)”**.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara model latihan hoki yang diintegrasikan *life skills* dengan model latihan hoki yang tidak diintegrasikan *life skills* dalam rangka *Positive Youth Development* (PYD).

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut : Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara model latihan hoki yang diintegrasikan *life skills* dengan model latihan hoki yang tidak diintegrasikan *life skills* dalam rangka *Positive Youth Development* (PYD).

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mereka yang memerlukan harapan yang didambakan oleh setiap peneliti. Manfaat dibagi menjadi dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan ilmu pengetahuan.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam menyelenggarakan proses pembelajaran ekstrakurikuler hoki di sekolah, khususnya bagi sekolah yang menjadi objek penelitian.

- b. Bagi guru, memperoleh sumber yang mampu dijadikan acuan untuk dapat membantu mengatasi permasalahan dalam pembelajaran.
- c. Bagi siswa, dapat pengetahuan dan memahami kondisi pembelajaran ekstrakurikuler hoki di sekolah.
- d. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dalam pembelajaran ekstrakurikuler hoki di sekolah.

1.5. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika Penulisan dalam Penelitian ini adalah :

BAB I Pendahuluan. Pada bab ini membahas latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II Kajian Pustaka. Pada bab ini membahas teori-teori yang digunakan pada bahan analisis masalah. Teori diambil dari berbagai literatur yang berkaitan dengan pembahasan masalah yang diteliti, serta pengambilan hipotesis didasarkan pada rumusan masalah yang diajukan penelitian.

BAB III Metode Penelitian. Pada bab ini membahas tentang cara yang akan digunakan peneliti dalam mendukung pengolahan data yang didapat setelah melakukan penelitian.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Pada bab ini membahas hasil dari pengolahan data, yang hasilnya digunakan sebagai jawaban pada penelitian yang telah dilakukan.

BAB V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi. Pada bab ini membahas tentang kesimpulan dari hasil penelitian, implikasi membahas tentang dampak langsung setelah dilakukannya penelitian, dan rekomendasi yang membangun sebagai acuan terhadap penelitian selanjutnya.

