

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga menjadi wadah untuk pengembangan dalam arti luas mencakup banyak aspek yaitu budaya, fisik, sosial, termasuk partisipasi rekreasional berbasis komunitas dan olahraga kompetitif di tingkat elit (Chawansky et al., 2017). Menurut Gould & Carson (2008) kecakapan hidup dapat dikembangkan melalui olahraga, dimana telah menjadi topik menarik bagi para peneliti di bidang psikologi olahraga dan pengembangan pemuda positif.

Satu masalah yang mengganggu kecakapan hidup melalui penelitian olahraga berasal dari fakta bahwa kecakapan hidup dan istilah-istilah terkait seringkali tidak didefinisikan secara tepat. Misalnya, ketika meninjau literatur yang relevan, orang akan melihat istilah-istilah seperti pengembangan pemuda positif, pertumbuhan sosial emosional dan pengembangan keterampilan hidup. Seringkali istilah-istilah ini tidak didefinisikan secara eksplisit atau hanya digunakan secara bergantian dengan sedikit penjelasan. Mengoperasionalkan istilah-istilah penting seharusnya dapat dipelajari secara ilmiah dan harus didefinisikan dengan jelas (Gould & Carson, 2008) . Selain itu, Jacobs & Wright (2017) menunjukkan bahwa memiliki definisi yang jelas tentang apa yang melibatkan keterampilan hidup sangat berkaitan dengan merancang program yang berhasil untuk mengembangkan pemuda yang positif.

Asumsi pengembangan pemuda positif merupakan salah langkah untuk membangun kemampuan para pemuda agar lebih efektif dalam mencoba menghilangkan kekurangan yang mereka alami (Vella et al., 2011). Pendekatan pengembangan pemuda positif berfokus untuk mempromosikan berbagai hasil positif termasuk kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, pengembangan keterampilan hidup, moralitas dan nilai-nilai anak muda (Camiré et al., 2019). Salah satu tata cara yang telah lama dikenal sebagai tata cara yang ideal untuk pengembangan pemuda positif merupakan olahraga remaja (Weiss et al., 2016). Dalam hal ini, banyak bukti menunjukkan bahwa partisipasi olahraga selama masa remaja dapat mendorong perkembangan yang positif pada pemuda (Camiré et al.,

2012). Misalnya tinjauan literatur dari 63 artikel, Holt et al (2017) menyampaikan bahwa partisipasi olahraga sangat penting untuk pengembangan keterampilan hidup seperti kerja tim, kepemimpinan, pemecahan masalah, manajemen waktu, dan keterampilan komunikasi. Demikian pula, dalam ulasan mereka terhadap 30 artikel Eime et al (2013) menyoroti bahwa partisipasi olahraga pemuda dikaitkan dengan berbagai manfaat psikososial. Sebuah tinjauan dari 88 artikel oleh Opstoel et al (2020) juga mengemukakan bahwa partisipasi olahraga dikaitkan dengan perkembangan pribadi dan sosial para muda (misalnya, pengembangan perilaku prososial dan etos kerja). Akhirnya, meta-analisis terbaru oleh Spruit et al (2019) menyarankan bahwa berpartisipasi dalam olahraga adalah salah satu cara terbaik untuk mengembangkan perilaku moral di kalangan anak muda. Gabungan, hasil di atas memberikan bukti kuat dari hasil positif yang terkait dengan partisipasi olahraga pemuda. Olahraga futsal mulai berkembang pesat di Indonesia pada tahun 2000 dan langsung mendapat respon positif dari masyarakat. Perkembangan futsal ditandai dengan banyak didirikannya lapangan futsal di Indonesia. Meskipun tergolong baru, olahraga futsal memiliki banyak peminat mulai dari pria hingga wanita, serta dari berbagai usia (Subarkah et al., 2017). Sebuah studi baru-baru ini menunjukkan bahwa latihan futsal meningkatkan kemungkinan perkembangan psikososial di kalangan pemuda peserta olahraga (Freire et al., 2021).

Mengapa olahraga khususnya yang membantu mendorong pengembangan pemuda positif? Pertama-tama, popularitas olahraga dan fakta bahwa olahraga mewakili mikrokosmos masyarakat yang lebih luas menjadikannya konteks yang baik untuk pengembangan pemuda (Camiré et al., 2019). Kedua, sifat sukarela dari olahraga dan peningkatan keterlibatan kaum muda saat berpartisipasi dalam olahraga menjadikannya konteks yang kuat untuk mengajarkan keterampilan hidup (Gould & Carson, 2008). Akhirnya, beberapa peneliti menyarankan bahwa sifat olahraga yang interaktif, sosial, emosional, dan kompetitif memberikan peluang yang jelas untuk mengembangkan keterampilan hidup dan nilai moral anak muda (Kendellen et al., 2017). Dalam hal ini, banyak penelitian olahraga remaja berfokus pada serangkaian keterampilan hidup yang dikembangkan remaja melalui olahraga (Johnston et al., 2013).

Pengembangan pemuda positif merupakan istilah yang paling umum digunakan dalam literatur dan berfokus pada promosi sejumlah kompetensi atau hasil yang diinginkan oleh pemuda. Banyak definisi tentang perkembangan pemuda yang positif telah muncul di antara para peneliti. Perkembangan yang positif pada pemuda memungkinkan individu untuk menjalani kehidupan yang sehat, memuaskan, dan produktif sebagai pemuda, dan kemudian ketika menjadi dewasa mereka memperoleh kompetensi untuk mencari nafkah, terlibat dalam kegiatan sipil, menjaga orang lain, dan berpartisipasi dalam hubungan sosial dan kegiatan budaya (Fraser-thomas et al., 2007). Kompetensi tersebut mungkin termasuk menjadi individu yang peduli dan etis, mengembangkan rasa harga diri secara umum, memiliki orientasi masa depan yang positif dan belajar bagaimana beradaptasi dengan lingkungan pendidikan dan kerja yang berbeda. Dalam lingkungan olahraga, pengembangan pemuda yang positif mencakup mempelajari kebiasaan kesehatan yang positif dan menjadi bugar secara fisik. Perkembangan pemuda yang positif juga mencakup pengembangan atribut dan disposisi psikologis (misalnya rasa optimis atau harapan) dan keterampilan khusus (misalnya kemampuan untuk menetapkan tujuan atau mengelola stres). Oleh karena itu, menurut sifatnya, pengembangan pemuda positif adalah pengertian luas yang mencakup pengembangan beragam kompetensi yang dapat membantu seorang pemuda dalam olahraga untuk kehidupan mereka saat ini atau masa depan mereka.

Kecakapan hidup dapat berupa perilaku (berkomunikasi secara efektif dengan teman sebaya dan orang dewasa) atau kognitif (membuat keputusan yang efektif); interpersonal (menjadi asertif) atau intrapersonal (menetapkan tujuan). Asumsi implisit dalam definisi ini adalah bahwa keterampilan hidup membantu pemuda tidak hanya berhasil dalam olahraga yang dimainkan, tetapi juga membantu individu begitu dia mentransfer keterampilan ke lingkungan non-olahraga di mana keterampilan itu digunakan dengan sukses. Perbedaan ini penting karena untuk sesuatu yang memenuhi syarat sebagai kecakapan hidup, perlu dilakukan upaya untuk memiliki transfer kompetensi ke situasi kehidupan lain. Bahkan dapat dikatakan bahwa kompetensi sosial-emosional yang dikembangkan melalui olahraga bukanlah keterampilan hidup kecuali jika benar-benar digunakan oleh seorang pemuda di lingkungan yang berbeda. Relokasi

keterampilan dan kompetensi ini mungkin terjadi ketika seorang pemimpin program dengan sengaja menekankan pentingnya mentransfer keterampilan yang dikembangkan atau ditingkatkan melalui partisipasi olahraga ke situasi kehidupan lainnya. Selain itu, peserta dapat melakukan banyak pengembangan keterampilan ini sendiri misalnya melalui pengamatan perilaku yang dimodelkan atau dengan menafsirkan interaksi interpersonal di lapangan (Bean & Forneris, 2016).

Dalam 10 tahun terakhir, telah terjadi peningkatan dalam penelitian yang meneliti bagaimana program pemuda dapat memanfaatkan kekuatan olahraga untuk meningkatkan hasil perkembangan yang positif. Hal ini menyebabkan pertumbuhan di bidang pengembangan pemuda berbasis olahraga (SBYD), yang berpendapat bahwa olahraga dapat digunakan sebagai kendaraan untuk mendorong perkembangan psikologis, emosional, dan/atau akademik (Hellison & Walsh, 1983). Literatur SBYD mencakup beberapa penelitian menarik yang menunjukkan partisipasi olahraga dapat memfasilitasi sejumlah besar hasil pemuda yang positif, seperti tanggung jawab pribadi dan sosial, pengembangan keterampilan sosial, dan kinerja. Namun, sementara klaim bahwa olahraga mendorong perkembangan pemuda yang positif sangat didukung, literatur tidak konsisten sehubungan dengan bagaimana fenomena ini diperiksa. Misalnya, beberapa penelitian meneliti aset perkembangan yang diperoleh siswa dari partisipasi dalam program SBYD, sementara yang lain menunjukkan tujuan program nilai atau kecakapan hidup.

Ada kesepakatan yang jelas bahwa ini adalah topik yang penting, tetapi tinjauan literatur menunjukkan bahwa ada sedikit konsistensi dalam cara hasil dari program SBYD dikonseptualisasikan, didefinisikan, atau dipelajari. Meskipun kurangnya konsistensi dalam literatur, banyak studi SBYD berakar pada pernyataan bahwa apa yang dipelajari dalam pengaturan olahraga dapat ditransfer dan diterapkan ke pengaturan lain. Secara khusus, pelajaran atau keterampilan non-fisik yang dipelajari melalui olahraga (misalnya, kepemimpinan, pengendalian diri, rasa hormat) yang relevan dan dapat diterapkan pada area lain dalam kehidupan remaja, seperti sekolah, rumah, dan masyarakat. Para peneliti menyebut konsep pelajaran yang dipetik dalam satu konteks menjadi bermakna di tempat lain transfer pembelajaran, atau hanya transfer, dan dalam konteks SBYD, banyak yang menggambarkan isi dari apa yang dipelajari sebagai “keterampilan hidup”.

Penelitian di bidang pendidikan memberikan bukti empiris untuk keterampilan mentransfer peserta dari satu konteks ke konteks lain terkait dengan topik yang beragam seperti pendidikan sains, pendidikan petualangan dan penguasaan bahasa asing. Namun, fenomena spesifik dari transfer kecakapan hidup masih secara luas dianggap sebagai isu kontroversial dalam literatur olahraga. Gould & Carson (2008) berpendapat bahwa sementara studi mendukung keyakinan bahwa olahraga dapat memfasilitasi keterampilan hidup, beberapa peneliti secara empiris menguji asumsi ini. Yang lain mengingatkan bahwa masalah dengan mempelajari transfer kecakapan hidup adalah kurangnya kepastian tentang apakah transfer kemungkinan merupakan hasil dari partisipasi olahraga atau kombinasi dari pengaruh lingkungan lain yang sulit untuk dievaluasi.

Bagi setiap remaja mengembangkan *life skills* sangat dibutuhkan untuk bisa mencapai derajat kehidupan yang sehat dan sukses. Kegiatan pembelajaran akan bermakna jika dilakukan dalam lingkungan yang nyaman dan memberikan rasa aman, bersifat individual dan kontekstual, anak mengalami langsung yang dipelajarinya, hal ini akan diperoleh melalui pembelajaran tematik. Berdasarkan penjelasan teori di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan kognitif siswa akan semakin berkembang seiring dirinya mendapatkan pengalaman belajar yang bermakna. Hasil pengalaman disimpan dalam struktur kognitif, dengan banyaknya pengalaman, anak mengembangkan struktur kognitif dan memungkinkan untuk beradaptasi dengan mudah.

Olahraga dijadikan wahana untuk memberikan pengalaman dalam mendorong penilaian serta mengajarkan *life skills* kepada para remaja dengan cara sengaja dan sistematis sehingga diharapkan dapat menciptakan pemuda yang positif. Faktor terpenting yang berkaitan dengan olahraga adalah para pemuda/remaja dapat mempelajari keterampilan dan kesenangan baru. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecakapan hidup dapat dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler termasuk musik, drama, dan olahraga. Berdasarkan observasi yang dilakukan dalam olahraga futsal, para pemain sangat terampil dalam bermain futsal namun pada olahragawan futsal menurut peneliti masih sangat kurang karena masing-masing mementingkan diri sendiri, mudah terprovokator dan mudah putus asa. Sehingga peneliti tertarik dengan hal tersebut,

dimana seperti yang kita ketahui bahwa dalam proses pembelajaran ada tiga aspek yang diterapkan yaitu, kognitif, psikomotor dan afektif, telah banyak penelitian mengenai kognitif dan afektif dan khusus di Indonesia penelitian tentang psikomotor olahragawan masih sangat jarang untuk diteliti. Transfer *life skills* siswa melalui pembelajaran olahraga dapat dilakukan melalui permainan olahraga futsal dimana permainan ini mampu mengasah kemampuan kecakapan hidup. Banyak *life skills* dapat dikembangkan melalui aktivitas olahraga, seperti yang paling sering dikutip adalah kerja tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi interpersonal, keterampilan sosial, kepemimpinan, dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan (Mossman & Cronin, 2019).

Olahraga futsal setidaknya memiliki beberapa komponen yang dapat ditransferkan ke dalam *life skills* manusia diantaranya kerja tim seperti pada olahraga beregu, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi interpersonal, keterampilan sosial, kepemimpinan, dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. Menjelaskan bahwa ada delapan prinsip untuk membantu para pelatih mengintegrasikan pengajaran *life skills* ke dalam olahraga, meskipun di rancangan untuk program golf di Kanada, tetapi praktisi cabang olahraga yang lain dapat menggunakan delapan prinsip panduan ini ke dalam program latihan futsal.

1.2 Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi ruang lingkup penelitian agar tidak terlalu luas dan lebih akurat dalam penelitian. Pembatasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Peneliti ini memfokuskan pada integrasi *life skills* melalui olahraga futsal dalam mengembangkan pemuda yang positif.
- 2) Pemuda positif yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu kerja sama tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi interpersonal, keterampilan sosial, kepemimpinan dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan, dapat diintegrasikan baik pada saat bertanding maupun di kehidupan sehari-hari.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, peneliti mengajukan rumusan masalah yaitu:

Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara integrasi *life skills* dan tidak integrasi *life skills* dalam olahraga futsal terhadap pengembangan *life skills* dalam rangka pengembangan pemuda yang positif, jika terdapat perbedaan, mana yang lebih baik?

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui perbedaan antara integrasi *life skills* dan tidak integrasi *life skills* dalam olahraga futsal dalam rangka pengembangan pemuda yang positif.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi ilmu pengetahuan, yaitu dapat memperkaya konsep atau teori yang mendukung perkembangan ilmu pengetahuan olahraga, khususnya yang terkait dengan bagaimana olahraga dimanfaatkan untuk mencapai non olahraga antara lain yaitu *life skills* dalam dalam rangka pengembangan pemuda yang positif.

1.5.2 Manfaat Praktis

Kecuali manfaat teoritis, penelitian ini juga diharapkan memberikan manfaat praktis, yaitu:

1.5.2.1 Dapat memberikan masukan dan informasi baru bagi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pemanfaatan olahraga untuk mencapai tujuan pengembangan *life skills*.

1.5.2.2 Penelitian ini juga diharapkan agar bermanfaat bagi dunia olahraga terkhusus akademisi pendidikan olahraga dapat lebih mengembangkan pengetahuan terutama integrasi *life skills* melalui olahraga futsal dalam rangka pengembangan pemuda yang positif.