

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Olahraga sebagai kendaraan untuk pengembangan pribadi telah diakui sejak jaman dahulu. Ketertarikan pada pengembangan kecakapan hidup melalui olahraga, terutama pada anak-anak dan remaja, jelas ada saat ini, dengan sebagian besar organisasi olahraga pemuda kontemporer memiliki pengembangan sosial-emosional sebagai salah satu tujuan utama mereka. Pada dasarnya olahraga membantu individu belajar lebih baik dan olahraga juga mengajarkan seseorang untuk mengembangkan hal seperti kerja tim, keterampilan memimpin, *fair play*, jangan pernah menyerah, fokus, kekuatan dan kemampuan, proses dan hasil, perencanaan, kesungguhan dan ketulusan hati, observasi dan analisis, sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam melibatkan kaum muda dalam kegiatan olahraga baik itu olahraga tim maupun olahraga individu dapat mengarah perkembangan yang positif. Minat dalam mengembangkan pemuda melalui olahraga tidak hanya berasal dari komunitas olahraga, tetapi telah lebih didorong selama beberapa terakhir oleh pergeseran yang telah terjadi dalam psikologi umum (Larson, 2008) dari mana penekanan ditempatkan pada kekuatan membangun psikologi positif versus mengoreksi pada orang. Mengingat hal di atas, tidak mengherankan bahwa para pelaku olahraga di bidang pendidikan jasmani, psikologi olahraga dan pengembangan pemuda tertarik menggunakan olahraga sebagai wahana untuk mengembangkan kecakapan hidup pada kaum muda.

Olahraga telah diusulkan sebagai lingkungan yang ideal untuk mengembangkan keterampilan hidup, karena olahraga salah satu kegiatan rekreasi yang paling populer untuk anak muda. Sejumlah program intervensi skala besar telah atau sedang dikembangkan. Mengajar Tanggung Jawab melalui Pendidikan Jasmani dan Olahraga (Hellison & Walsh, 2002). Semuanya telah dikembangkan dalam beberapa tahun terakhir dengan tujuan menggunakan olahraga sebagai konteks untuk mendorong perkembangan positif pada anak-anak mereka. Namun, sementara ada peningkatan minat ilmiah dalam pengembangan kecakapan hidup melalui bidang olahraga, penelitian tertinggal dari upaya terapan. Selain itu, penelitian yang telah dilakukan dan biasanya tanpa penjelasan teoretis. Ada kebutuhan, kemudian, untuk meninjau dan mengkritik penelitian saat ini.

Sangat penting untuk menggambarkan apa itu kecakapan hidup dan bukan kecakapan hidup, kondisi yang diperlukan untuk menguji perkembangan kecakapan hidup, dan kemungkinan penjelasan teoritis tentang bagaimana, kapan, dalam kondisi apa, dan mengapa kecakapan hidup berkembang pada peserta olahraga. Akhirnya, faktor yang mendasari keberhasilan program olahraga terapan yang dirancang untuk meningkatkan kecakapan hidup di kalangan remaja harus dipahami dengan lebih baik (Kendellen & Camiré, 2017).

Pendidikan merupakan salah satu dasar yang sangat penting dalam kehidupan seseorang karena melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri dan dapat membentuk pribadi yang bertanggung jawab, cerdas dan kreatif. Pada mulanya yaitu sebelum ada pendidikan melalui sekolah seperti sekarang ini, maka pendidikan dijalankan secara spontan dan langsung dalam kehidupan sehari-hari di dalam keluarga. Seorang anak pertama kalinya memperoleh pendidikan dalam keluarga. Dengan demikian keluarga dapat dikatakan adalah peletak dasar bagi pendidikan seorang anak. Artinya keluarga sangat berperan dalam perkembangan kepribadian anak. Namun pada masa sekarang sekolah dibutuhkan karena masyarakat modern dengan kebudayaan dan peradaban yang telah maju menawarkan demikian banyak kepandaian dengan kerumitan dan kompleksitas yang tinggi sehingga tidak mungkin lagi mempelajari kepandaian yang diperlukan hanya sambil lalu dalam praktek (Kurniawan & Karyono, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di tempat latihan atlet sangat terampil dalam olahraga taekwondo, namun menurut peneliti masih sangat kurang dari segi afektif dimana para atlet lebih mementingkan diri sendiri, mudah marah, kurangnya menghargai waktu, bersikap seenaknya, dan kurang mengikuti peraturan yang pelatih berikan. Sehingga peneliti tertarik dengan masalah tersebut, dimana seperti yang kita ketahui bahwa dalam proses pembelajaran ada 3 aspek yang diterapkan, yaitu kognitif, psikomotor, dan afektif. Dimana telah banyak penelitian mengenai aspek kognitif dan psikomotor sedangkan aspek afektif masih sangat jarang diteliti. Sehingga peneliti berdiskusi dengan pembimbing akademik mengenai permasalahan tersebut dan pembimbing akademik menyarankan bahwa jika yang ingin diteliti aspek afektif maka penelitian yang menjadi isu global saat ini yaitu integrasi *life skills* melalui olahraga.

Maka peneliti tertarik untuk mengambil cabang olahraga taekwondo sebagai wadah untuk mengintegrasikan *life skills*. Cronin & Allen (2017) menjelaskan bahwa integrasi *life skills* terdiri dari 8 komponen yaitu kerja tim, penetapan tujuan, manajemen waktu, kecakapan emosional, komunikasi interpersonal, keterampilan social, kepemimpinan, pemecahan masalah dan pengambilan keputusan, di dalam olahraga taekwondo terdapat komponen *life skills* yang bisa dikembangkan berdasarkan penejlasan Cronin & Allen (2017) yaitu penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, serta pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. Olahraga taekwondo dengan terintegrasi *life skills* diharapkan dapat diterapkan pada proses atau program latihan agar dapat mempersiapkan diri di kehidupan sehari-hari dan di lingkungan masyarakat.

Selama beberapa tahun terakhir, peneliti psikologi olahraga telah berupaya keras untuk lebih memahami bagaimana olahraga dapat disusun untuk mempromosikan perkembangan pemuda yang positif. Dalam istilah praktis, pengembangan pemuda positif (PYD) sering dikonseptualisasikan terjadi melalui pembelajaran keterampilan hidup, yang didefinisikan sebagai “Pribadi internal, karakteristik dan keterampilan seperti penetapan tujuan, emosional, harga diri, dan etos kerja keras, yang dapat difasilitasi atau dikembangkan dalam olahraga dan ditransfer untuk digunakan dalam pengaturan non-olahraga (Kendellen & Camiré, 2017). Asumsi yang melekat dalam definisi ini adalah bahwa keterampilan yang dipelajari dalam olahraga dianggap sebagai keterampilan hidup, seseorang harus mentransfer dan menerapkan keterampilan dalam pengaturan kehidupan di luar olahraga. Santos et al (2017) telah mendokumentasikan berbagai keterampilan hidup yang dapat dipelajari melalui partisipasi olahraga, termasuk penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. Memang, penelitian sebelumnya telah mengungkapkan bahwa pembelajaran kecakapan hidup dapat berlangsung secara implisit dalam program olahraga yang berfokus pada pengajaran keterampilan khusus olahraga. Namun, penelitian terbaru yang dilakukan oleh Bean & Forneris (2019) menyarankan bahwa program olahraga sengaja disusun untuk tujuan tersebut mengajarkan keterampilan hidup mungkin lebih cocok untuk mendorong hasil pengembangan pemuda yang positif, jika dibandingkan dengan program olahraga yang tidak terstruktur secara sengaja.

Kualitas sumber daya manusia kini menjadi sorotan dalam persaingan global. Kualitas sumber daya manusia merupakan hal yang penting bagi suatu bangsa maupun negara. Begitu pula dengan bangsa Indonesia, meningkatnya kualitas dan mutu sumber daya manusia dapat menjadi suatu harapan bagi bangsa Indonesia untuk bersaing di era globalisasi. Tuntutan pasar kerja yang semakin kompleks dan kompetitif menimbulkan dampak terhadap bangsa Indonesia karena tidak relevansi dan output pendidikan yang memiliki keterbatasan keterampilan. Manusia berlomba-lomba untuk meningkatkan kualitas dirinya demi bisa bersaing dengan manusia lainnya, yang mana kompetisi persaingan sumber daya manusia kini semakin ketat. Hal kecil yang bisa dilihat untuk mengetahui apakah sumber daya manusia di suatu 4nstru adalah tingkat pendapatan. Pendapatan dapat diperoleh jika seseorang bekerja, namun pada kenyataannya di Indonesia angka Pengangguran Terbuka (orang yang tidak bekerja) masih sangat tinggi.

Kecakapan hidup (*life skills*) didefinisikan sebagai keterampilan yang memungkinkan individu berhasil di lingkungan yang berbeda tempat mereka tinggal, seperti sekolah, rumah dan lingkungan mereka. Kecakapan hidup merupakan kompetisi perilaku, kognitif, interpersonal atau intrapersonal yang dapat di pelajari dikembangkan dan diperbaiki. Kecakapan hidup sangat penting karena dapat mempersiapkan remaja untuk masa depan dan memastikan perkembangan mereka sehat. Transfer *life skills* siswa melalui pembelajaran olahraga dapat dilakukan melalui olahraga taekwondo dimana permainan ini mampu mengasah kemampuan kecakapan hidup. Banyak *life skills* dapat dikembangkan melalui aktivitas olahraga baik olahraga individu maupun olahraga beregu, 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 and Cronin 2019).

Olahraga taekwondo setidaknya memiliki beberapa komponen yang dapat ditransferkan ke dalam *life skills* diantaranya: penetapan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, dan pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. Kendellen et al (2017) menjelaskan bahwa ada delapan prinsip untuk membantu para pelatih mengintegrasikan pengajaran *life skills* ke dalam olahraga, dan dapat dirancang sesuai dengan yang terkandung dalam olahraga yang sesuai baik olahraga individu maupun olahraga kelompok.

Seni bela diri Asia sebagian besar tidak dikenal sampai tahun 1960-an di dunia Barat. Awalnya, taekwondo sebagian besar merupakan hasil dari karate Jepang, tetapi kemudian mengubah karakter dasarnya dari seni bela diri untuk pertahanan diri menjadi olahraga dengan pengenalan kompetisi kontak penuh. Ini juga membuka jalan bagi taekwondo untuk akhirnya menjadi olahraga yang diakui secara internasional, terlepas dari kenyataan bahwa awalnya transformasi ini sangat kontroversial di kalangan para pemimpin taekwondo awal dan pada akhirnya mewakili hasil perjuangan politik mereka. Lebih lanjut, aturan dan peraturan utama yang dipilih untuk format kompetisi memiliki pengaruh besar pada arah teknis olahraga. Perubahan aturan dan peningkatan peralatan pelindung terus memainkan peran penting dalam pembentukan taekwondo. Perubahan yang sedang berlangsung dalam format kompetisi, sebagian besar diprakarsai oleh kritik luar dan ketakutan kehilangan status keanggotaan Olimpiade, akan menentukan arah masa depan taekwondo dan kelangsungan hidup sebagai olahraga.

Sebuah penelitian harus dilakukan untuk membuktikan apakah terdapat pengembangan *life skills* melalui olahraga taekwondo. Oleh karena itu peneliti mengangkat judul “Pengembangan *Life Skills* Melalui Olahraga Taekwondo”

1.2 Rumusan Masalah

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

Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara integrasi *life skills* dan tidak integrasi *life skills* dalam olahraga taekwondo terhadap perkembangan *life skills*, jika terdapat perbedaan mana yang lebih baik?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: Untuk mengetahui perbedaan antara integrasi *life skills* dan tidak integrasi *life skills* dalam olahraga taekwondo.

1.4 Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

- 1.4.1 Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pengembangan *life skills* dalam olahraga taekwondo.

- 1.4.2 Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan dan informasi baru bagi penelitian selanjutnya yang berminat pada bidang *life skills*.
- 1.4.3 Hasil penelitian ini juga diharapkan bisa bermanfaat untuk pelaku dunia olahraga terkhusus para pelatih taekwondo agar bisa lebih mengembangkan materi yang akan diajarkan kepada atlet, terutama pada materi olahraga taekwondo dalam membentuk *life skills*.

1.5 Struktur Organisasi

Dalam setiap skripsi pasti terdapat sistematika penulisan dalam penyusunannya. Adapun sistematika/struktur organisasi dari penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

- 1.5.1 Bab I: Membahas tentang pendahuluan yang berisikan: latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
- 1.5.2 Bab II: Membahas tentang kajian pustaka yang berisikan mengenai beberapa substansi, yakni sebagai berikut: penelitian terdahulu yang relevan, posisi teoritis penulis, dan hipotesis penelitian.
- 1.5.3 Bab III: Membahas tentang metodologi yang digunakan dalam penelitian ini dan dibahas secara mendalam mengenai: desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, pelaksanaan penelitian, dan analisis data.
- 1.5.4 Bab IV: Pengolahan data dan analisis data akan dipaparkan mengenai hasil penelitian dan pembahasan yang akan berisikan tentang hasil pengolahan dan analisis data, uji prasyarat analisis data, dan diskusi hasil penemuan.
- 1.5.5 Bab V: Tentang kesimpulan dan saran akan di paparkan mengenai kesimpulan dari hasil penelitian dan saran.