

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Positive Youth Development (PYD) pada dasarnya adalah perkembangan optimal di masa muda yang memungkinkan individu untuk berkembang dan berubah ke arah yang positif, sehingga memiliki kompetensi memadai untuk memimpin, memberikan kepuasan pada masyarakat, serta memiliki kesadaran ke arah kehidupan yang lebih sehat serta produktif sebagai pemuda (Holt *et al*, 2020). Berkaitan dengan itu banyak penulis yang mendukung bahwa olahraga merupakan kegiatan yang ideal untuk mengajarkan serta menularkan nilai-nilai kehidupan yang positif kepada generasi muda (Côté & Hancock, 2016). Dengan adanya partisipasi olahraga dapat menjadikan kegiatan yang menarik bagi remaja dan sekolah.

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan dijelaskan bahwa ruang lingkup olahraga meliputi kegiatan olahraga pendidikan, rekreasi, dan prestasi. Olahraga pendidikan ini merupakan kegiatan olahraga yang dilakukan di lingkungan pendidikan dimulai dari Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas dengan tujuan untuk membentuk karakter kepada generasi muda melalui pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan jenis aktivitas fisik yang dilakukan secara sadar dan sistematis dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, emosional, dan pembentukan watak (Yunis, 2016). Dalam praktiknya dalam ranah pendidikan dapat dilaksanakan melalui kegiatan ekstrakurikuler, khususnya ekstrakurikuler olahraga.

Kegiatan ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan yang berlangsung di luar jam pelajaran sekolah yang memiliki tujuan untuk menjadi wadah bagi siswa dalam menyalurkan minat, dan bakatnya di bidang olahraga dan memiliki dampak yang positif bagi siswanya (Basuki, 2016; Rafiullah *et al.*, 2017). Dengan mengikuti ekstrakurikuler olahraga dapat meningkatkan harga diri, konsep diri, dan modal sosial dalam diri siswa, serta dapat pula mendorong manfaat pendidikan seperti ketertarikan sekolah yang lebih

baik dan tingkat keterlibatan yang rendah dalam perilaku berisiko serta berpotensi memberikan manfaat yang tidak hanya bagi perkembangan fisik remaja tetapi juga perkembangan psiko-sosialnya (Bradley & Conway, 2016). Oleh karena itu ekstrakurikuler khususnya olahraga sering kali di minati oleh banyak siswa di sekolah, karena selain dapat menyalurkan dan mengembangkan bakatnya tetapi dapat pula mendapatkan nilai-nilai positif yang berguna dalam dirinya.

Secara sosio-psikologis olahraga dapat dianggap sebagai pranata sosial yang ada di masyarakat, dan selain sistem aturan yang melengkapinya, kegiatan olahraga pun melibatkan emosi orang yang berpartisipasi di dalamnya secara intens, dan merupakan hubungan antara keterampilan, kognitif, sikap, perilaku, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (Cendra & Gazali, 2019). Tanpa disadari intensitas olahraga yang dilakukan akan berdampak pada dirinya, baik saat melakukan olahraga maupun pada kegiatan sehari-harinya (Cendra & Gazali, 2019). Dengan meningkatkan partisipasi remaja dalam olahraga merupakan kesempatan yang sangat bagus untuk membentuk kepribadian remaja dalam menyiapkan remaja yang berkualitas sehingga remaja tersebut dapat menghadapi tantangan hidup di masa yang akan datang. Dalam ruang lingkupnya pendidikan jasmani meliputi banyak aspek salah satunya adalah bela diri.

Sejalan dengan itu taekwondo merupakan salah satu olahraga bela diri yang menitikberatkan pada pengembangan seluruh tubuh, meliputi pengembangan fisik, mental dan spiritual (Hardy, 2020). Bukan hanya suatu kegiatan yang mengutamakan fisik saja, melainkan terdapat pula nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (Anggraeni *et al.*, 2020). Yang pada akhirnya taekwondo diharapkan dapat mencapai keadaan kesatuan antara pikiran dan tubuh, serta dapat mengembangkan ketekunan, kepercayaan diri dan rasa hormat terhadap kehidupan antar makhluk hidup (Heo *et al.*, 2020). Oleh karena itu untuk seseorang yang berlatih dan mempelajari Taekwondo sudah seharusnya menunjukkan kondisi fisik yang baik, mental yang kuat dan semangat yang tinggi. Tidak hanya itu harus mampu menunjukkan dalam sikap dan tindakan sehari-hari yang baik dengan begitu barulah seorang dapat dikatakan berhasil dalam berlatih Taekwondo (Maulidi *et al.*, 2021), dan olahraga dapat diidentifikasi sebagai sarana yang layak

untuk memfasilitasi perkembangan remaja yang positif (*Positive Youth Development*) (Camiré *et al.*, 2014), terkhusus taekwondo karena nilai-nilai moral tersebut merupakan hal yang terpenting dalam praktiknya.

Dalam dunia pendidikan dan olahraga prestasi tidak terlepas dari pentingnya pendidikan karakter salah satunya adalah kepercayaan diri yang memiliki peran penting dalam kesuksesan seseorang, sebagaimana bahwa pendidikan pada anak baik yang dilakukan di lingkungan sekolah maupun keluarga harus membentuk karakter 5C pada anak (Klien *et al.*, 2020). Karakteristik 5 C's tersebut terdiri dari kompetensi (*competence*), karakter (*character*), koneksi (*connections*), kepedulian dan kasih sayang (*caring*) dan salah satunya adalah kepercayaan diri (Thomas *et al.*, 2007).

Kepercayaan diri merupakan kemampuan mengenai keyakinan akan potensi yang ada dalam diri sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain (Kamnuron *et al.*, 2020). Sebagaimana menurut Nisa & Jannah (2021) bahwa semakin tinggi kepercayaan diri seseorang maka semakin tinggi pula ketangguhan mentalnya dalam menghadapi sesuatu. Oleh karena itu kepercayaan diri penting dalam olahraga karena merupakan faktor yang dapat membawa seseorang dalam kesuksesan. Tidak hanya dalam dunia olahraga saja hal ini juga dapat berpengaruh dalam kehidupan sehari-harinya. Diharapkan melalui penanaman karakter dan nilai moral, selain anak dapat mencapai prestasinya, diharapkan pula anak mampu bermanfaat bagi dirinya sendiri maupun bermanfaat bagi lingkungan sosialnya (Klien *et al.*, 2020), dengan begitu akan juga berpengaruh pada kualitas hidup seseorang (Mirhan & Kurnia, 2016).

Kini olahraga taekwondo sudah banyak diminati oleh banyak orang, namun fakta yang peneliti dapatkan dilapangan ketika observasi bahwa banyak siswa yang memiliki teknik yang bagus ketika berlatih, tetapi ketika pelatih menginstruksikan untuk melakukannya di depan banyak orang seringkali siswa tersebut terlihat ragu dan takut sehingga mengakibatkan tampilannya pun menjadi menurun. Hal ini sejalan dengan Plakona *et al* (2014) bahwa rapuhnya kepercayaan diri yang dimiliki akan membuat naik turunnya perfoma yang dimiliki. Di sinilah pengembangan kepercayaan diri diperlukan, karena

sebagaimana bahwa kepercayaan diri merupakan hal yang penting dalam olahraga karena dapat berdampak positif terhadap pencapaian yang akan dicapai, dan sebaliknya rendahnya kepercayaan diri seseorang, akan mempengaruhi kesuksesan yang akan dicapainya (Plakona et al., 2014; Subramanyam, 2013). Sejalan dengan penelitian Asri *et al* (2013) bahwa untuk meningkatkan kepercayaan diri diperlukan program latihan yang disusun juga harus mencakup program latihan mental khusus, sehingga mentalitas terutama kepercayaan diri siswa dapat dibangun sedemikian rupa sehingga berdampak positif pada latihan lain yang mempengaruhi hasil akhir atau pencapaian yang dapat dicapai.

Sebagaimana menurut Kim *et al* (2021) bahwa pelatihan taekwondo telah lama dilaporkan efektif dalam meningkatkan sifat sosial praktisi, namun hal ini tergantung pada durasinya dan periode pelatihan yang menjelaskan perbedaan dalam efek positif pada perkembangan sosial. Partisipasi pemuda dalam suatu kegiatan olahraga tidak secara otomatis menjamin perolehan kebiasaan yang positif, melainkan diperlukan program yang dirancang secara sadar untuk memastikan bahwa pemuda memiliki pengalaman yang positif (Kendellen *et al*, 2017).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Maulidi *et al.*, 2021) pula menyebutkan bahwa tingkat kepercayaan diri peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler taekwondo mencapai 74,97% dari yang seharusnya, dan tergolong kategori “Baik”. Penulis menjelaskan bahwa dengan mengikuti ekstrakurikuler taekwondo dapat menjadi terapi berpikir positif atau menjadi kegiatan positif yang dapat memunculkan kemampuannya, seperti dapat menyelesaikan masalah kepercayaan diri serta dapat meningkatkan kepercayaan diri pada dalam dirinya. Untuk dapat lebih meningkatkan hal tersebut penulis menyarankan untuk dilakukannya penelitian secara eksperimen dengan melakukan latihan taekwondo dalam jangka waktu lebih lama.

Oleh karena itu berdasarkan penjelasan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengembangan kepercayaan diri melalui ekstrakurikuler taekwondo dengan menerapkan program latihan yang dirancang dengan mengintegrasikan kepercayaan diri di dalamnya. Diharapkan siswa dapat

mengembangkan kepercayaan tersebut baik dalam olahraga maupun diluar olahraga. Berdasarkan hal tersebut maka judul penelitian yang diambil pada penelitian ini adalah “Pengembangan Kepercayaan Diri melalui Ekstrakurikuler Taekwondo dalam Rangka *Positive Youth Development*”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok integrasi dan tanpa integrasi kepercayaan diri terhadap peningkatan kepercayaan diri? Jika terdapat perbedaan, manakah yang lebih baik?.

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu:

- 1.3.1 Mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok integrasi dan tanpa integrasi kepercayaan diri terhadap peningkatan kepercayaan diri.
- 1.3.2 Mengetahui manakah yang lebih baik terhadap peningkatan kepercayaan diri.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat baik bagi pihak yang terkait yaitu sebagai berikut:

- 1.4.1 Secara teoritis dapat memberikan pengetahuan dan informasi baru bagi penelitian selanjutnya dalam pengembangan pemuda yang positif.
- 1.4.2 Secara praktisi diharapkan dapat bermanfaat untuk guru PJOK dan terkhusus pelatih taekwondo agar bisa lebih mengembangkan materi yang akan diajarkan kepada siswa, terutama pada materi olahraga taekwondo dalam membentuk pengembangan kepercayaan diri.

1.5 Struktur Organisasi

Struktur organisasi dalam skripsi ini mendeskripsikan kajian dan hasil penelitian perkembangan kepercayaan diri melalui ekstrakurikuler taekwondo ke dalam lima bab: bab satu pendahuluan, mendeskripsikan tentang latar belakang

masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi. Pada bab dua kajian pustaka, mendeskripsikan mengenai *positive youth development*, kepercayaan diri, ekstrakurikuler, olahraga taekwondo, penelitian terdahulu, kerangka berpikir, dan hipotesis. Pada bab tiga metode penelitian, mendeskripsikan mengenai desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data. Pada bab empat hasil penelitian dan pembahasan, mendeskripsikan mengenai hasil penelitian, pembahasan penelitian, serta keunggulan dan kelemahan penelitian. Pada bab lima penutup, mendeskripsikan mengenai simpulan, dan saran.