

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Dewasa ini semakin banyak kegiatan olahraga berkembang dengan tujuan yang beragam, baik pembinaan kesehatan, rekreasi, maupun prestasi. Dan salah satu bentuk kegiatan itu ialah renang. Hal ini diungkapkan Badruzaman (2007:13) menyatakan bahwa “renang adalah upaya mengapungkan atau mengangkat tubuh ke atas permukaan air”.

Secara lebih spesifiknya definisi renang adalah: suatu cara yang dilakukan seseorang (binatang) untuk menggerakkan tubuhnya melalui air.

Badruzaman (2007:13) menyatakan bahwa:

Renang lebih populer sebagai kegiatan untuk kepentingan rekreasi seperti di daerah pantai, danau atau sungai yang alamiah, renang juga sebagai cabang olahraga, banyak manfaat dari kegiatan renang yang diperoleh bagi manusia, terutama adalah untuk keselamatan diri atau orang lain ketika berenang.

Olahraga renang semakin lama semakin tersebar ke seluruh-seluruh Negara di dunia termasuk Indonesia, sehingga bermunculan perkumpulan-perkumpulan renang. Badruzaman (2007:12) menerangkan bahwa “renang merupakan salah satu cabang olahraga yang menarik dan sangat bermanfaat bagi tubuh, maka kita seyogyanya mengetahui akan sejarah kemunculan renang dari mulai awal kemunculannya hingga tersebar ke seluruh dunia termasuk Indonesia”. adapun menurut Meredith (2006:7) mengatakan bahwa:

Berenang adalah sebuah kemampuan yang sangat berharga untuk diajarkan pada anak-anak. Selain membantu mereka tetap aman, berenang juga merupakan bentuk latihan serba guna yang dapat mereka lakukan setiap saat, bernang juga merupakan kegiatan yang santai, seru, bersifat terapi, dan tentu saja menyenangkan.

Maka dari itu berenang merupakan olahraga yang baik untuk dikuasai anak karena renang mempunyai banyak manfaat. Melalui berenang, anak berkesempatan untuk mengenal dan memahami lingkungan. Melalui berenang itu pula, anak memperoleh kesempatan untuk bergerak dengan bebas. Ia mau tidak mau harus menggerakkan seluruh tubuhnya untuk bisa mengapung dan bergerak. Keleluasaan itu merupakan rangsang yang luar biasa, bukan saja dari aspek fisik, tetapi juga aspek psikologis.

Berenang bagi anak memiliki nilai khas dan meluas cakupannya, yaitu memupuk keberanian dan perasaan mampu, serta percaya diri. Disamping itu, penguasaan keterampilan renang membangkitkan suasana kegembiraan yang tidak dijumpai dalam aktivitas jasmani lainnya. bersentuhan dengan air merupakan pengalaman fisik yang membangkitkan respons kejiwaan. Rasa air yang hangat atau sebaiknya dingin, menimbulkan kesan khas yang secara langsung memperoleh tanggapan dari sistem saraf.

Berkaitan dengan reaksi psikologis itu, perjumpaan anak dengan air, juga merupakan pengalaman yang amat istimewa. Melalui renang, anak memperoleh kesempatan yang luar biasa untuk mengeksplorasi lingkungannya. Suryatna dan Suherman (2001:15) menyatakan bahwa:

Salah satu manfaat yang penting dalam belajar renang adalah untuk meningkatkan keberanian pada anak yang notabene pada kenyataan yang

ditemukan dilapangan bahwa anak-anak cenderung takut menyelam di air” oleh karena itu pengembangan model bermain di air merupakan faktor penting untuk meningkatkan keberanian anak dalam belajar renang.

Dari pernyataan di atas bahwa belajar renang merupakan hal yang sangat penting, untuk belajar renang si anak harus berani dengan air. Dalam artian tingkat kecemasan anak terhadap air tidak terlalu tinggi seperti yang dialami penulis ketika pertama kali masuk kedalam air memiliki rasa cemas. Menurut Levitt 1980 dalam Gunarsa (1980:162) menyatakan bahwa “rasa cemas adalah suatu perasaan subyektif akan ketakutan dan meningkatnya kegairahan secara fisiologik”. Seorang anak yang mengalami rasa cemas sebelum memasuki air akan mengalami tegang atau takut.

Perlu adanya sesuatu hal yang dapat mengatasi kecemasan supaya anak tersebut tidak takut terhadap air dan pembelajaran renang pun berjalan dengan lancar. Mengenai hal tersebut Suryatna dan Suherman dalam bukunya Pembelajaran Renang di Sekolah dasar mengembangkan permainan di air melalui 5 permainan diantaranya (1) saling membasahi muka (2) mengambil benda di dasar kolam (3) permainan melompat kodok sedang menerobos lubang (4) permainan bertukar tempat dengan angka (5) permainan kucing mengejar ikan. Dari kelima permainan diatas belum ada penelitian yang mengungkap bahwa kelima permainan di atas bisa mengatasi kecemasan, oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti satu model permainan di air yaitu permainan melompat kodok sedang menerobos lubang. Serta pengaruhnya terhadap kecemasan anak dalam belajar renang yang akan disajikan dalam penelitian yang berjudul

Pengaruh model permainan di air untuk mengatasi kecemasan anak dalam belajar renang

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh permainan di air terhadap kecemasan anak?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Apakah terdapat pengaruh permainan di air terhadap kecemasan anak.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini akan menambah wawasan keilmuan dan pengetahuan bagi penulis dan secara langsung maupun tidak langsung akan memberikan sumbangan ilmu yang bermanfaat yang diharapkan akan menunjang terhadap pengembangan penelitian yang lebih mendalam dimasa yang akan datang.

2. Secara praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat dalam mempraktekan ilmu yang penulis dapat untuk diterapkan dilapangan, juga merupakan suatu tambahan ilmu bagi penulis khususnya dalam keilmuan olahraga dan memberikan informasi atau gambaran mengenai pengaruh model-model permainan di air untuk mengatasi kecemasan anak dalam belajar renang.

E. Batasan Penelitian

Karena adanya keterbatasan, baik tenaga, dana, dan waktu. Maka hasil penelitian lebih terarah, penulis tidak akan melakukan penelitian secara keseluruhan yang ada pada objek atau situasi sosial tertentu, tetapi perlu menetapkan batasan. Penulis lebih mengarahkan penelitian ini sebagai berikut :

1. Menurut Suryatna dan Suherman (2001:23) menyatakan bahwa terdapat lima permainan diantaranya (1) Permainan saling membasahi muka (2) Permainan mengambil benda di dasar kolam (3) Permainan melompat kodok sedang menerobos lubang (4) Permainan bertukar tempat dengan angka (5) Permainan kucing mengejar ikan. Namun dalam penelitian ini hanya diambil satu permainan yaitu permainan melompat kodok sedang menerobos lubang.
2. Kecemasan menurut Hidayat (2008:272) menyatakan bahwa “ kecemasan yang dialami seseorang terdapat dua jenis yaitu *trait anxiety* (bawaan) *state anxiety* (tiba-tiba atau sementara) dalam penelitian ini dibatasi hanya membahas tentang *state anxiety*.

3. Anak yang dimaksud dalam penelitian ini adalah anak yang berusia 9-12 tahun. Dan anak tersebut merupakan anak yang baru belajar renang.

F. Definisi Operasional

Dalam definisi operasional ini pembaca mempunyai pendapat yang berbeda-beda karena perbedaan itu akan mengakibatkan kekeliruan pendapat dan akhirnya keluar dari pengetahuan yang sebenarnya. Maka dari itu penulis memberikan makna pada kata-kata yang belum dikenal bagi orang banyak. Adapun batasan istilah tersebut adalah sebagai berikut :

1. Model Permainan di air Menurut Suryatna dan Suherman (2001:23) menyatakan bahwa terdapat lima permainan diantaranya (1) Permainan saling membasahi muka (2) Permainan mengambil benda di dasar kolam (3) Permainan melompat kodok sedang menerobos lubang (4) Permainan bertukar tempat dengan angka (5) Permainan kucing mengejar ikan. Namun dalam penelitian ini hanya diambil satu permainan yaitu permainan melompat kodok sedang menerobos lubang. Suryatna dan Suherman menyatakan bahwa:

Bentuk permainan. Permainan diperankan oleh dua kelompok, masing-masing kelompok memiliki jumlah yang sama. Peserta paling belakang yang memulai permainan ini dengan melakukan lompat kodok menerobos masuk di antara kaki kanan dan kiri teman depannya.

2. Kecemasan menurut Aqruebo (2005) dalam Hidayat mengatakan bahwa “state anxiety adalah keadaan emosi yang muncul dengan segera yang ditandai oleh kecemasan, ketakutan, ketegangan, dan peningkatan kesiagaan pada aspek fisiologi”. Dalam penelitian ini state anxiety diartikan sebagai keadaan emosi

anak yang muncul dengan segera ketika menghadapi air yang ditandai oleh kecemasan, ketakutan, ketegangan, dan peningkatan kewaspadaan pada aspek fisiologi anak.

3. Anak menurut Mulyana (2007) adalah usia seorang manusia antara remaja dan balita. Dalam penelitian ini anak merupakan manusia yang perlu diarahkan oleh orangtua dan lingkungan sekitarnya.
4. Renang menurut Badruzaman,(2007:13) adalah “suatu jenis olahraga yang dilakukan di air, baik di air tawar maupun di air laut”. Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan renang adalah olahraga yang dilakukan di air, baik di air tawar maupun di air laut dan sangat penting untuk anak mengenal renang.

G. Anggapan Dasar

Anggapan dasar merupakan titik tolak penulis dalam menentukan langkah-langkah penyelesaian penelitian. Arikunto (1993:79) menjelaskan:

Anggapan dasar adalah suatu yang diyakini kebenarannya oleh peneliti yang akan berfungsi sebagai hal-hal yang dipakai untuk tempat berpijak bagi peneliti dalam melaksanakan penelitiannya.

Anggapan dasar yang melandasi penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Badruzaman menyatakan bahwa Respon orang terhadap air beraneka ragam diantaranya banyak orang yang mengalami kecemasan termasuk anak-anak. Dari pernyataan tersebut rasa cemas merupakan perasaan subyektif akan ketakutan dan meningkatnya kegairahan secara fisiologik. Seorang anak yang mengalami rasa cemas sebelum memasuki air akan mengalami tegang atau takut.

H. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Sehubungan dengan hal ini G.E.R. Brurrought dalam Sul-toni (2009,61) mengatakan bahwa “penelitian berhipotesis penting dilakukan bagi: penelitian menghitung banyak sesuatu (*magnitude*), penelitian tentang perbedaan (*differencies*), dan penelitian hubungan (*relationship*).”

Hipotesis merupakan suatu pernyataan yang penting kedudukannya dalam penelitian. Oleh karena itu penulis dituntut kemampuannya untuk dapat merumuskan hipotesis ini dengan jelas. Seorang ahli bernama Borg dan Gall (1979) dalam skripsi Sul-toni (2009, 61) mengajukan adanya persyaratan untuk hipotesis sebagai berikut:

1. Hipotesis harus dirumuskan dengan singkat tetapi jelas
2. Hipotesis harus dengan nyata menunjukan adanya hubungan antara dua atau lebih variabel.
3. Hipotesis harus didukung oleh teori-teori yang dikemukakan oleh para ahli atau hasil penelitian yang relevan.

Berdasarkan pendapat di atas, maka hipotesis yang penulis ajukan adalah:

H_0 :

- Tidak terdapat pengaruh yang positif dan signifikan model permainan di air terhadap penurunan tingkat kecemasan anak

H_a :

- Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan model permainan di air terhadap penurunan tingkat kecemasan anak