

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada hakikatnya setiap manusia memiliki cita – cita dan tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, usaha serta dorongan dibutuhkan sebagai penggerakkan seseorang bertingkah laku untuk mencapai tujuan tersebut. Motivasi diartikan sebagai keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktifitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan, Motivasi memiliki fungsi bagi seseorang, karena motivasi dapat menjadikan seseorang mengalami perubahan kearah yang lebih baik. Motivasi akan mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu, karena motivasi memiliki fungsi mendorong manusia untuk berbuat, sebagai penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan, motivasi menentukan arah perbuatan, yakni kearah tujuan yang hendak dicapai (Sardiman, 2001). Motivasi menyeleksi perbuatan yakni menentukan perbuatan- perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat lagi bagi tujuan tersebut.

Manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa ingin berinteraksi dengan manusia lainnya. Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik akan mudah bersosialisasi dengan baik dan lancar dalam memperoleh pemahaman tentang ilmu pengetahuan yang diberikan. Siswa yang masih duduk di bangku SMA adalah siswa pada usia remaja, antara usia 15 – 17 tahun. Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak yang penuh ketergantungan menuju masa pembentukan tanggung jawab. Perubahan yang terjadi di masa remaja akan

mempengaruhi perilaku individu. Pada masa remaja inilah siswa harus memiliki kepercayaan diri yang cukup untuk melangkah karena aspek kepercayaan diri ini merupakan aspek yang sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian siswa. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh setiap siswa, karena aspek kepercayaan diri ini mempengaruhi dalam setiap proses belajarnya, baik dalam belajar di kelas, di rumah maupun dalam bidang olahraga.

Taekwondo merupakan olahraga beladiri yang berasal dari Korea yang secara harafiah dapat diartikan sebagai berikut, *Tae* berarti menendang, *Kwon* berarti memukul atau meninju dan *Do* berarti seni. Taekwondo berarti seni menendang dan meninju atau dengan kata lain dapat disebut juga sebagai seni beladiri yang menggunakan tangan dan kaki. Dalam olahraga Taekwondo terdapat aspek-aspek yang mempengaruhi keberhasilan tendangan seperti aspek fisik, aspek teknik, dan aspek mental.

Fisik merupakan aspek yang paling mendasar bagi pengembangan aspek-aspek lainnya dan memberikan peranan yang sangat penting dalam pencapaian suatu prestasi olahraga khususnya dibidang olahraga Taekwondo. Sukses dalam olahraga sering menuntut keterampilan yang sempurna dalam situasi stres fisik yang tinggi, maka semakin jelas bahwa kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi. Aspek fisik meliputi kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), daya tahan (*endurance*), daya ledak otot (*muscular power*), kelenturan (*Flexibility*), koordinasi (*Coordination*), kelincahan (*Agility*), keseimbangan (*Balance*), dan reaksi (*reaction*), serta ketepatan (*accuration*).

Aspek teknik merupakan kesesuaian antara teori yang sudah dipelajari atau didapat dengan aplikasinya di lapangan. Pada Taekwondo yaitu seperti teknik – teknik serangan ataupun serangan balasan, pengambilan tendangan dalam posisi yang berbeda - beda. Kemudian aspek mental yang mempengaruhi kemampuan seperti keberanian, motivasi, kecemasan, komunikasi, konsentrasi dan rasa percaya diri. Tentunya aspek mental merupakan aspek penting yang paling mendasar yang harus dimiliki oleh seorang siswa. Untuk melakukan tendangan, pukulan serta *full body contact* langsung dengan lawan di matras pertandingan, sangat dibutuhkan keberanian dan kepercayaan diri yang tinggi. Pengalaman - pengalaman yang dihadapi dalam situasi yang berbeda, hasil belajar serta latihan yang terus menerus hingga dapat membentuk mental kepercayaan diri dalam diri masing – masing individu. Keunggulan fisik dan teknik menjadi sia-sia jika motivasi dan kepercayaan diri hilang, maka akan membuat kinerja atau penampilan menjadi buruk.

Aspek mental seperti motivasi dan kepercayaan diri kurang mendapat perhatian, khususnya bagi perempuan. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa perempuan memiliki tingkat motivasi dan kepercayaan diri yang berbeda dengan laki – laki. Perempuan mengalami penurunan motivasi dan kepercayaan diri dalam beberapa faktor sehingga cenderung menganggap rendah kemampuan yang dimilikinya. Rendah diri, rasa malu, rasa takut melakukan sesuatu, frustrasi, perasaan cemas atau bahkan sikap agresif merupakan indikator dari kurang atau tidak adanya kepercayaan diri. Sebagian besar orang ternyata mengalami gejala tidak percaya diri seperti ini. Sikap seseorang yang menunjukkan dirinya tidak

percaya diri, antara lain di dalam berbuat sesuatu, terutama dalam melakukan sesuatu yang penting dan penuh tantangan, selalu dihindangi keraguan-raguan, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindar, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil di depan orang banyak yang menghambatnya untuk melakukan sesuatu. Masalah tersebut merupakan indikator dari kurang atau tidak adanya kepercayaan diri. Hal ini sudah tentu akan menghambat proses belajar untuk mencapai hasil yang optimal. Apabila siswa yang tidak memiliki rasa percaya diri yang baik maka mengakibatkan siswa tersebut akan mengalami gagal belajar dan hal ini dapat menghambat pencapaian tujuan pendidikan. Kegagalan dalam belajar sangat mempengaruhi kepribadian siswa yang terbentuk karena tidak dapat mencapai apa yang diharapkan.

Dalam kehidupan sehari – hari misalnya, saat pelajaran di kelas siswa laki – laki lebih aktif di kelas dalam sesi tanya jawab, dan lebih berani tampil di depan kelas, dibandingkan dengan siswi perempuan yang kurang percaya diri untuk menyampaikan pendapat dan menyalurkan ide yang mereka miliki. Pada ekstrakurikuler Taekwondo siswa laki – laki lebih berani melakukan gerakan berbagai macam tendangan yang sulit dibandingkan dengan siswi perempuan yang takut dan kurang percaya diri untuk mencoba tendangan dan teknik – teknik Taekwondo.

Aceh merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang terletak di paling ujung pulau Sumatera, yang salah satu kotanya yaitu Sabang merupakan titik 0 Kilometer Indonesia. Sebagai salah satu provinsi di Indonesia yang diberi status sebagai daerah istimewa dan juga diberi kewenangan khusus, Aceh menetapkan

syariat Islam dengan peraturan – peraturan yang berdasarkan pada Al-Qur'an dan Hadits. Para perempuan di Aceh identik dengan busana muslimah, yaitu menutup aurat dari kepala hingga ujung kaki namun hal ini tidak menghalangi para perempuan Aceh untuk menyalurkan minat dan bakatnya khususnya di bidang olahraga. Setelah tragedi Tsunami pada tanggal 26 Desember 2004 silam, Aceh terus bangkit dan memperbaiki segala sektor termasuk di bidang olahraga. Terbukanya jalan bagi perkembangan olahraga Taekwondo Aceh dengan adanya kerja sama antara Kukkiwon WTF (*World Taekwondo Federation*), yaitu Pusat Taekwondo Dunia dengan pemerintah Aceh, dimana pelatih dari Korea Selatan Kwak YoungMin dikirimkan untuk mengembangkan Taekwondo di Aceh. Hal ini membuat para masyarakat Aceh menjadi antusias dan makin tertarik dengan olahraga Taekwondo. Namun pada olahraga Taekwondo, belum banyak taekwondoin perempuan berprestasi sehingga kurangnya regenerasi. Adanya paradigma masyarakat yang beranggapan bahwa olahraga Taekwondo keras dan tidak cocok bagi perempuan, dan perempuan tidak perlu mengikuti beladiri atau bertarung seperti laki – laki. Sehingga mempengaruhi motivasi perempuan yang ingin belajar beladiri Taekwondo.

Aktivitas fisik dan olahraga memang lebih berkaitan dengan laki-laki, karena perempuan identik dengan kelembutan, namun bukan berarti perempuan tidak punya potensi dalam olahraga khususnya Taekwondo. Taekwondo sangat bermanfaat bagi perempuan, melihat maraknya kriminalitas dan pelecehan sering terjadi pada perempuan karena dianggap makhluk lemah dan tidak bisa melawan serta banyaknya kasus *bullying* atau perudungan terhadap perempuan baik oleh

teman sebaya maupun lingkungan. Dengan mempelajari beladiri perempuan mempunyai bekal yang dapat berguna melindungi dirinya saat dihadapi dengan situasi yang membahayakan dan dapat terhindar dari kriminalitas. Selain itu juga dapat memotivasi dan menimbulkan rasa percaya diri dalam kehidupan sehari – hari , menumbuhkan mental yang kuat bagi perempuan untuk menghadapi tantangan di kehidupan. Sehingga potensi – potensi yang dimiliki oleh perempuan dapat disalurkan secara optimal.

Banyak perempuan menjadi atlet-atlet sukses yang meraih prestasi tertinggi bahkan sampai Olimpiade. Banyak perempuan– perempuan sukses dalam bidang olahraga khususnya pada olahraga Taekwondo, diantaranya ada Wu Jingyu, pemain legendaris asal China, memulai karir dengan meraih medali emas kejuaraan dunia junior tahun 2004. Wu Jingyu mempertahankan medali emas berturut pada Olimpiade Beijing 2008 dan Olimpiade London 2012, serta mejadi juara dunia di tahun 2007 dan 2011. Kemudian ada Jade Jones, pemain asal Great Britain yang memulai karir dengan meraih medali emas di Olimpiade Junior 2010, Jade Jones menjadi peraih medali emas berturut di Olimpiade London 2012 dan Olimpiade Rio 2016, serta menjadi juara dunia tahun 2019. Pemain muda asal Thailand, Pannipak Wongpattanakit merupakan pemain yang sedang bersinar dengan meraih banyak kemenangan di usianya yang muda dengan tendangan khasnya *scorpion kick*, di awal karir menjadi juara dunia junior, meraih medali perunggu di Olimpiade Rio 2016, 2 kali predikat juara dunia tahun 2015 dan 2019, dan saat ini menjadi *Best Female Athlete 2019*.

Melihat tokoh – tokoh perempuan di atas maka perempuan – perempuan Aceh juga bisa mendapatkan kesempatan yang sama dengan meraih prestasi tertinggi dengan terus meningkatkan kemampuan yang dimiliki. Namun hal yang terjadi adalah, pada saat latihan siswi perempuan ragu dalam mengeluarkan teknik baik serangan maupun bertahan. Salah satu siswi mengatakan takut jika terkena benturan. Padahal jika siswi tersebut sudah paham dengan penggunaan tekniknya maka akan mudah untuk melakukan serangan maupun membalas serangan tanpa terjadi benturan. Dalam olahraga Taekwondo yang *full body contact* merupakan hal yang wajar jika terjadi benturan, seharusnya tidak perlu mengkhawatirkan hal tersebut karena Taekwondo dilengkapi dengan pelindung yang aman dan dapat meminimalisir efek saat terjadi benturan sehingga menghindari cedera. Karena keraguan yang tersebut justru dapat menimbulkan cedera karena tidak bisa mengambil keputusan dan kondisi tidak siap untuk mengeksekusi gerakan.

Hal ini mempengaruhi siswi perempuan SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh yang mewakili sekolah maupun daerah saat mengikuti pertandingan Taekwondo di luar daerah, kebanyakan siswi kalah pada pertandingan ke 2 atau pada saat semi final perebutan juara 3. Mereka tidak percaya diri saat bertanding melawan pemain yang sudah mempunyai nama atau sering menjuarai kejuaraan, hal ini juga mempengaruhi bagi siswi – siswi yang lain, saat melihat temannya kalah, mereka seperti kehilangan kepercayaan diri karena menganggap bisa saja kalah seperti teman yang lain, sehingga kehilangan motivasi untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melihat bagaimana motivasi dan kepercayaan diri siswi perempuan di SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh agar potensi – potensi yang dimiliki tersalurkan dengan maksimal, Sehingga perempuan – perempuan Taekwondoin Aceh dapat meraih prestasi tertinggi dan mampu bersaing di tingkat nasional maupun internasional, serta mencapai tujuan maupun cita – cita yang diinginkan oleh masing – masing individu.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut

1. Seberapa besarkan motivasi siswi perempuan pada olahraga Taekwondo di Aceh?
2. Seberapa besar kepercayaan diri siswi perempuan pada Olahraga Taekwondo di Aceh?
3. Seberapa petingkah motivasi dan kepercayaan diri bagi siswi perempuan pada olahraga Taekwondo di Aceh?
4. Bagaimanakah pelatih / guru mengatasi siswi perempuan yang memiliki motivasi dan kepercayaan diri yang rendah?



### **C. Pembatasan Masalah**

Untuk membatasi masalah yang ada, maka peneliti membatasi masalah sebagai berikut: "Survei Motivasi Dan Kepercayaan Diri Dalam Olahraga Taekwondo Pada Siswi Perempuan SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Seberapa besarkah motivasi dalam olahraga Taekwondo pada siswi perempuan SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh?"
2. Seberapa besarkah kepercayaan diri dalam olahraga Taekwondo pada siswi perempuan SMA Negeri 9 Tunas Bangsa Banda Aceh?"

### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Mengetahui seberapa besar motivasi dan kepercayaan diri dalam olahraga Taekwondo pada siswi perempuan.
2. Memberikan informasi kepada guru, pelatih dan pemerintah daerah Aceh bahwa penerapan pembelajaran Taekwondo dapat digunakan untuk membentuk motivasi dan kepercayaan diri siswi dalam proses belajar mengajar.

3. Memberikan informasi kepada guru pelatih agar dapat memberikan ilmu pengetahuan yang didapat demi kemajuan kegiatan olahraga di sekolah masing- masing.
4. Memberikan masukan kepada guru, pelatih untuk dapat memotivasi dan meningkatkan kepercayaan diri siswa, khususnya siswi perempuan.

