

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah Menengah Atas atau dalam bahasa Inggris *Senior High School* atau *High School*, adalah jenjang pendidikan menengah pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus Sekolah Menengah Pertama atau sederajat. Sekolah menengah atas ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 10 sampai kelas 12. Pelajar SMA umumnya berusia 16-18 tahun. Siswa SMA atau Sekolah Menengah Atas umumnya berusia 16-18 tahun.¹

Pada usia ini, siswa atau remaja sedang mencari jati diri mereka, mereka sudah mulai menentukan masa depannya dan juga sudah mulai merasa dirinya diakui di lingkungannya. Pada tahapan usia ini siswa biasanya sudah memiliki perkembangan moral dan perilaku, perkembangan pemikiran moral remaja dicirikan dengan mulai tumbuh kesadaran akan kewajiban mempertahankan kekuasaan dan pranata yang ada karena dianggap sebagai suatu yang bernilai, walau belum mampu mempertanggung jawabkannya secara pribadi.

¹ https://id.wikipedia.org/wiki/Sekolah_menengah_atas. Diakses pada tanggal 20 November 2016. Pada pukul 13.05 WIB.

Dalam proses pembelajaran, rasa percaya diri merupakan salah satu faktor intern pendukung keberhasilan siswa akan potensi yang dimilikinya. Percaya diri sangat penting untuk ditanamkan kepada setiap siswa, karena kurangnya percaya diri bisa menyebabkan kegagalan siswa dalam melaksanakan tugas di sekolah maupun saat proses belajar di sekolah.

Hal tersebut didasari oleh ketidakpercayaan akan kemampuan dirinya dan berdampak pada prestasi hasil belajar yang rendah. Sehingga dengan demikian rasa percaya diri harus ditumbuhkan agar memotivasi siswa menjadi berprestasi. Untuk menumbuhkan percaya diri maka individu harus memulainya dari dalam diri sendiri. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya individu yang bersangkutan yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya.

Olahraga beladiri sangat efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri anak, karena dapat melatih anak untuk tampil berani dalam kegiatan olahraga beladiri. Penelitian tentang olahraga beladiri meningkat setelah mengikuti latihan olahraga beladiri, ditunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa laki – laki lebih tinggi daripada kepercayaan diri siswa perempuan.

Tinju adalah olahraga dan seni bela diri yang menampilkan dua orang partisipan dengan berat yang serupa, bertanding satu sama lain dengan menggunakan tinju mereka dalam rangkaian pertandingan berinterval satu atau tiga menit yang disebut ronde. Baik dalam Olimpiade ataupun olahraga

profesional, kedua petinju menghindari pukulan lawan mereka sambil berupaya mendaratkan pukulan mereka sendiri ke lawannya.

Nilai diberikan untuk pukulan yang bersih dan mantap ke bagian depan pinggang ke atas yang sah dari lawan, dengan pukulan ke kepala dan dada mendapat nilai lebih. Petinju dengan nilai yang lebih tinggi setelah sejumlah ronde yang direncanakan akan dinyatakan sebagai pemenang. Kemenangan juga dapat dicapai jika lawan dipukul jatuh dan tidak dapat bangkit sampai hitungan kesepuluh dari wasit (suatu *Knockout* atau KO) atau jika lawan dinyatakan tidak mampu melanjutkan pertandingan (suatu *Technical Knockout* atau TKO). Untuk keperluan rekor pertandingan, *TKO* dihitung sebagai *KO*.

Olahraga beladiri tinju merupakan salah satu cabang olahraga yang diharapkan bisa membina siswa menjadi pribadi yang sehat, tangguh dan mandiri dalam menghadapi tantangan hidup di masa – masa yang akan datang dan diharapkan dapat menumbuhkan sikap rasa percaya diri siswa. Bahwa kelebihan yang ada didalam diri seseorang harus dikembangkan dan dimanfaatkan agar menjadi produktif dan berguna bagi orang lain.

Beberapa orang berpikir bahwa jika seorang anak diajarkan beladiri, mereka akan menggunakannya untuk kepentingan diri sendiri dan menjadi pengganggu. Sebenarnya beladiri untuk anak – anak sangat berbeda dari apa yang dipikirkan.

Beladiri dapat meningkatkan disiplin, koordinasi, dan dapat meningkatkan rasa percaya diri. Berdasarkan penjelasan tersebut maka dalam penelitian ini peneliti menerapkan olahraga beladiri tinju untuk meningkatkan percaya diri siswa.

Hal yang demikian memberi ketertarikan bagi peneliti untuk melakukan penelitian ***“Penerapan Permainan Tinju Untuk Meningkatkan Percaya Diri Pada Siswa SMA DIPONEGORO 1”***.

A. Fokus Penelitian

1. Seberapa pentingkah penerapan pembelajaran permainan tinju terhadap tingkat percaya diri pada siswa SMA DIPONEGORO 1?
2. Bagaimana penerapan permainan tinju pada siswa SMA DIPONEGORO 1?
3. Bagaimana pengaruh permainan tinju terhadap tingkat percaya diri siswa SMA DIPONEGORO 1?

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, dan fokus penelitian di atas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: Apakah penerapan permainan tinju dapat meningkatkan percaya diri siswa Sekolah Menengah Atas?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh:

1. Bagi penulis

Dapat mengetahui sejauh mana penerapan pembelajaran permainan tinju dapat berpengaruh terhadap tingkat percaya diri pada siswa Sekolah Menengah Atas.

2. Untuk Sekolah Menengah Atas

Sebagai bahan masukan bagi pendidik untuk dapat menerapkan pembelajaran permainan tinju yang lebih bervariasi kepada siswa untuk meningkatkan tingkat percaya diri.

3. Untuk Universitas Negeri Jakarta

Sebagai bahan referensi untuk para mahasiswa yang sedang meneliti dan menambah wawasan.

4. Untuk Masyarakat

Sebagai bahan referensi sehingga hasil penelitian ini selain untuk menambah wawasan dan dapat pula diterapkan di masyarakat umum.