

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga dewasa ini menunjukkan tren positif di mana semakin banyak orang tertarik pada aktivitas fisik. Baik untuk menjaga kebugaran, gaya hidup, peningkatan prestasi, tetapi juga sebagai sarana rekreasi. Salah satu cabang olahraga yang mengalami pertumbuhan pesat di Indonesia adalah selancar ombak (*surfing*). Perkembangan ini didukung oleh karakteristik geografis Indonesia sebagai negara kepulauan dengan dua pertiga wilayahnya berupa lautan yang mencakup 17.380 pulau dan garis pantai sepanjang lebih dari 81.000 kilometer (BPS, 2023).



Gambar 1.1 Peta Negara Kesatuan Republik Indonesia
sumber: <http://hdl.handle.net/1887.1/item:2407018>

Kondisi geografis dengan rentan kendali laut dan pulau ini menjadikan Indonesia secara alami sebagai salah satu negara yang memiliki budaya maritim yang beragam dengan karakteristik ombak yang tidak kalah menarik dengan negara lain. Keberadaan spot-spot di daerah seperti Bali, Lombok, Lampung, Jogjakarta, Mentawai, Sumba dan Banyuwangi menjadi destinasi pantai yang menarik perhatian para peselancar (*surfer*), para turis lokal maupun mancanegara datang demi merasakan *surfing* di sana. sehingga menjadikan perkembangan *surfing* di Indonesia semakin pesat baik dari sisi pariwisata olahraga (*sport tourism*), penyelenggaraan acara olahraga (*sport event*), maupun partisipasi masyarakat lokal.

Perkembangan *surfing* yang masif tidak hanya berdampak pada sektor ekonomi dan pariwisata, tetapi juga memiliki peluang besar untuk diintegrasikan ke dalam lingkungan pendidikan. Pendidikan sebagai usaha sadar, harus dapat meningkatkan dimensi intelektual, moral, dan cinta keberagaman, salah satunya melalui pendalaman budaya (Kurniawati et al., 2022; Sumarni et al., 2023). Dalam pandangan yang lebih spesifik Yang et al., 2024; Zhen & Wang (2024) menyatakan bahwa pendidikan jasmani mempunyai potensi besar dalam mengintegrasikan proses pembelajaran dengan pendekatan budaya. Hal ini memberikan angin segar bahwa *surfing* memiliki potensi untuk diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan jasmani (Gutiérrez et al., 2023). Menjadikan *surfing* memiliki dasar ilmiah sekaligus relevansi tinggi bagi pengembangan pembelajaran berbasis latihan sesuai karakteristik wilayah pesisir di Indonesia.

Program *surfing* yang terintegrasi dengan pendidikan jasmani masih terbilang baru di Indonesia. beberapa sekolah mulai memasukkan *surfing* ke dalam program pendidikan sebagai bagian dari inovasi pembelajaran berbasis aktivitas luar ruangan. Di Kabupaten Sumbawa Barat, program “*Surfing Masuk Sekolah*” mulai diterapkan pada 2024, di Lampung, Kabupaten Pesisir Barat juga merencanakan *surfing* sebagai ekstrakurikuler sejak 2023, sementara di Yogyakarta SMA Negeri 1 Pundong telah menjalankan *surfing* sebagai cabang olahraga yang digeluti oleh siswa sejak 4 tahun belakangan.

Berbeda dengan Indonesia yang baru memulai, negara-negara lain telah melaksanakannya hal tersebut sejak lama. *Raglan Area School* di Selandia Baru telah menjalankan *Surf Academy* sejak 1998, sementara *Miami State High School* di Australia dan *San Clemente High School* di California sudah memasukkan *surfing* sejak awal tahun 2000 an. Di Maluku sendiri inisiatif serupa muncul sebagai respon terhadap tuntutan transformasi kurikulum pendidikan yang mengamanatkan *deep learning* (pembelajaran mendalam) bersandar pada pengalaman belajar yang bermakna, holistik, dan berorientasi pada kehidupan nyata. Pendidikan luar ruang (*Outdoor Education*) menawarkan pembelajaran dengan kesan mendalam sehingga terbukti berhasil mendorong keterlibatan aktif siswa (Hernawan et al., 2024). selain itu menurut Silva et al. (2022) *Outdoor Education* terbukti efektif sebagai alat dalam mengatasi perilaku sedentari. Hal

ini yang digaungkan oleh SMA Negeri 15 Seram Bagian Barat (SBB), sekolah ini mengkampanyekan dan memasukkan selancar tradisional *lawe kokohu* sebagai kegiatan ekstrakurikuler, menjadikannya inovasi pendidikan unik berbasis kearifan lokal.

Kegiatan ekstrakurikuler ini menggabungkan olahraga fisik dengan literasi kelautan dan pelestarian budaya Desa Latu. Siswa tidak hanya berlatih keterampilan teknis *surfing*, tetapi juga cara membuat papan *surfing* dari limbah kayu di sekitar rumah, memahami budaya leluhur, dan menjaga lingkungan. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa pendidikan jasmani saat ini mencakup pembelajaran mendalam tentang kesehatan, hubungan sosial, dan pengembangan karakter (Faisal et al., 2024). Puncak dari proyek ini diwujudkan dalam lomba tradisional *surfing* dengan tema "*Surfing Lawe Kokohu Latu 2025*," bertepatan dengan hari laut dunia (*world ocean day*) yang bertujuan mengangkat tradisi bermain anak pesisir menjadi ajang prestasi dan sekaligus mempromosikan potensi pariwisata olahraga unggulan daerah.

Meskipun memiliki potensi ombak dan budaya bahari yang kuat, data menunjukkan bahwa Maluku saat ini masih dihadapkan pada minimnya ketersediaan sarana dan prasarana olahraga *surfing* yang memadai, serta belum adanya atlet profesional yang lahir dari wilayah ini. Kondisi ini membuat potensi alam yang ada belum terkelolah menjadi prestasi yang terukur. Oleh karena itu, pengembangan ekstrakurikuler *surfing* di tingkat Sekolah Menengah Atas sangat krusial sebagai langkah awal untuk menjadikan sekolah sebagai *Center of Excellence* (pusat Keunggulan). Melalui wadah ini, pembinaan bibit-bibit peselancar dapat dilakukan secara terstruktur sejak dini dengan mengandalkan pendekatan *sport science*, bukan lagi sekedar bakat alami.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 15 orang siswa pemula di ekstrakurikuler tersebut saat mengikuti pertandingan *surfing lawe kokohu Latu 2025*, teridentifikasi bahwa 60% siswa gagal melakukan teknik *pop-up* dengan sempurna dalam 5 kali percobaan awal. Selain itu, rata-rata durasi ketahanan *paddling* siswa hanya mencapai 3-5 menit sebelum mengalami kelelahan otot (*fatigue*) yang signifikan. Data ini menunjukkan bahwa model latihan konvensional yang langsung terjun ke laut tanpa penguatan fisik spesifik di darat

belum efektif membangun fondasi motorik yang dibutuhkan siswa Sekolah Menengah Atas.

Selanjutnya peneliti melakukan studi pendahuluan berupa wawancara semi terstruktur kepada kepala sekolah dan guru pendidikan Jasmani selaku inisiator dari pertandingan *surfing lawe kokohu* Latu 2025. Studi ini bertujuan untuk menganalisis sebab dari keterampilan *surfing* siswa yang cukup rendah dan kebutuhan apa yang mereka perlukan untuk dapat meningkatkan keterampilan *surfing* siswa dalam pembelajaran ekstrakurikuler. Wawancara ini menggunakan media *WhatsApp*. Berikut ini rangkuman transkrip hasil wawancara kepada kepala sekolah dan guru pendidikan jasmani SMA Negeri 15 Seram Bagian Barat.

Kegiatan ekstrakurikuler *surfing* ini hanya dilaksanakan saat musim timur (musim ombak) berlangsung antara bulan Mei sampai September. Selain itu, penerapan kegiatan ekstrakurikuler *surfing* ini masih terbilang baru, proses pembelajaran masih sebatas pengenalan budaya lokal dan pembuatan papan *surfing*. sementara latihan *surfing* di lapangan masih menggunakan model latihan konvensional, dimana siswa berlatih secara mandiri dengan alat dan teknik *surfing* sederhana, kehadiran guru pendidikan jasmani di tengah-tengah proses latihan baru sebatas mengawasi jalannya proses latihan. hal ini karena belum adanya satu modul latihan yang digunakan sebagai pedoman program latihan yang terorganisir dengan baik dan sesuai dengan karakteristik perkembangan motorik peserta didik.

Berdasarkan rangkuman hasil wawancara di atas, dapat diasumsikan bahwa penerapan ekstrakurikuler *surfing* ini belum optimal karena masih terfokus pada pengenalan budaya lokal saja. Sementara proses latihan para siswa masih berlatih secara mandiri di laut dengan menggunakan model latihan konvensional. Sehingga diperlukannya satu model latihan yang dapat membantu penerapan ekstrakurikuler ini lebih komprehensif. Ombak yang menunggu musim, alat yang sederhana dan tidak adanya model latihan untuk mengembangkan potensi alami anak-anak menjadi alasan belum sempurnanya keterampilan teknik dasar siswa dalam melakukan keterampilan *surfing*.

Selanjutnya, peneliti juga menelaah literatur ilmiah dengan fokus untuk mengkaji apakah olahraga *surfing* (selancar) dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah atau tidak. Terdapat beberapa penelitian relevan

yang membuktikan bahwa aktivitas *surfing* dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah, baik sebagai kegiatan ekstrakurikuler maupun materi pengayaan aktivitas air (Cofie, 2021; Gidlow, 2024; Matos, 2020). Hasil penelitian telah membuktikan bahwa penerapan *surfing* memiliki signifikansi positif terhadap pengembangan motorik, keseimbangan, serta kepercayaan diri siswa. Hal ini dikarenakan karakteristik *surfing* yang menuntut koordinasi seluruh tubuh dan adaptasi terhadap dinamika lingkungan laut, yang secara langsung meningkatkan kesadaran lingkungan (ocean literacy) dan kesehatan mental siswa (Hignett, 2022).

Sejalan dengan penelitian dari Silva et al. (2022) Penelitian ini dilakukan kepada 190 siswa selama kurang lebih 6 bulan. Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan kesejahteraan siswa meliputi (harapan hidup, keyakinan diri, dan hubungan sosial dalam berselancar). Berdasarkan beberapa penelitian di atas diketahui bahwa integrasi olahraga *surfing* dalam kurikulum sekolah didukung oleh bukti ilmiah yang menunjukkan manfaat komprehensif pada aspek fisik, psikologis, dan kepercayaan diri siswa. Meskipun *surfing* dalam studi-studi ini sebagian ada yang diterapkan dalam pembelajaran ekstrakurikuler. Namun, mayoritas menysasar pada siswa rentang usia remaja awal hingga menengah, yakni antara 10 hingga 16 tahun setara dengan jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan berbagai penelitian tersebut cenderung bersifat evaluasi melihat dampak intervensi latihan *surfing* dan belum merinci secara teknis mengenai model latihan fisik yang sistematis.

Penelitian dari Siregar et al. (2022) menegaskan bahwa meskipun *surfing* tampak aman dan sederhana namun praktiknya menuntut penguasaan keterampilan yang kompleks, seperti keseimbangan dinamis, koordinasi gerak, *timing* dalam membaca gelombang, serta pengambilan keputusan dilingkungan yang berubah-ubah. Sehingga diperlukan satu model latihan yang terstruktur dan sesuai dengan beban fisiologis. meskipun model latihan yang dikembangkan dalam penelitan ini hanya terfokus pada dua tekhnik dasar saja yaitu *stand-up* dan *take-off*. Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Gutiérrez et al. (2023) mengenai implementasi *surfing* dalam pendidikan jasmani merekomendasikan pelatihan dengan pendekatan latihan progresif tiga tahap (darat, kolam renang, dan laut) yang terbukti efektif meningkatkan keterampilan motorik, kesejahteraan psikososial, dan kepercayaan

diri siswa. Namun dalam penelitian ini *surfing* diintegrasikan ke dalam kurikulum formal wajib (intrakurikuler) dengan penyesuaian logistik yang ketat seperti penggunaan jam istirahat untuk mobilisasi dan simulasi intensif dengan menggunakan fasilitas sekolah.

Surfing merupakan aktivitas *high-intensity* yang efektif meningkatkan kekuatan otot inti (*core strength*), keseimbangan dinamis, dan koordinasi motorik yang esensial bagi perkembangan remaja (Benninger et al., 2021; Nilsson et al., 2025). Lebih lanjut, Donaldson et al. (2022) juga melakukan penelitian yang membahas berbagai metode latihan yang digunakan dalam olahraga *surfing* berdasarkan hasil telaah literatur ilmiah, Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa metode latihan, seperti latihan kekuatan (*resistance training*), latihan kardiovaskular, dan *sprint paddling*, memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan fisik peselancar, khususnya pada aspek *paddling performance*. Meskipun penelitian di atas melihat pada metode latihan yang dapat mengembangkan performa fisik peselancar di laut, namun belum merinci bagaimana model latihan teknis yang berfokus pada teknik dasar *surfing* yang dikhususkan untuk jenjang SMA.

Selanjutnya, peneliti juga melihat apakah *surfing* tergolong aman bila diintegrasikan dalam pendidikan jasmani. Meskipun *surfing* sering dianggap sebagai olahraga ekstrem, namun data medis menunjukkan bahwa tingkat cedera pada peselancar rekreasi dan pelajar relatif rendah, dengan mayoritas insiden berupa memar pada jaringan kulit yang dapat ditangani melalui penggunaan peralatan pelindung dan pengawasan instruktur yang kompeten (Möller et al., 2022; Wood et al., 2022). Dengan protokol manajemen risiko yang ketat dan pemilihan lokasi yang adaptif terhadap kemampuan siswa, *surfing* tergolong aman untuk diterapkan sebagai media pembelajaran luar ruangan yang mampu membekali siswa dengan kesadaran keselamatan air (*water safety*) sekaligus kesehatan mental yang stabil.

Berdasarkan analisis terhadap berbagai literatur terdahulu, ditemukan beberapa kesenjangan penelitian (*research gap*) utama yang menjadi landasan kuat bagi urgensi penelitian ini. (1) meskipun penelitian sebelumnya telah membuktikan bahwa *surfing* dapat diintegrasikan ke dalam pendidikan jasmani di sekolah, baik pengintegrasian melalui ekstrakurikuler maupun intrakurikuler, namun belum

ditemukan penelitian yang secara khusus mengimplementasikan program tersebut pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan mempertimbangkan karakteristik fisik dan kognitif siswa yang lebih matang. (2) walaupun penelitian yang ada telah memvalidasi dampak positif latihan surfing terhadap kekuatan otot inti, keseimbangan, dan koordinasi motorik, namun belum ada penelitian yang secara mendalam mengembangkan model latihan dengan fokus spesifik pada tiga teknik fundamental secara sistematis, yakni teknik mendayung (*paddling*), gerakan eksplosif transisi (*pop-up/take-off*), dan stabilitas di atas papan (*riding*). (3) meskipun penerapan surfing telah banyak diangkat sebagai intervensi bagi remaja, namun belum ada penelitian yang mengintegrasikan nilai-nilai kearifan lokal atau permainan tradisional ke dalam metode pelatihannya, sehingga pengembangan model latihan surfing "Lawe Kokohu" hadir sebagai inovasi untuk mengisi celah tersebut dalam konteks pembelajaran ekstrakurikuler di sekolah.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini akan mengembangkan model latihan *surfing* untuk meningkatkan keterampilan *surfing* siswa sekolah Menengah Atas pada kegiatan ekstrakurikuler. Selain itu penelitian ini juga dirancang untuk membantu keberlanjutan latihan yang terbatas kendala musiman. Tentunya hal ini berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti berupa hasil wawancara terhadap kepala sekolah dan guru pendidikan jasmani. Selain itu, penelitian model latihan *surfing lawe kokohu* untuk kegiatan ekstrakurikuler siswa Sekolah Menengah Atas ini tampak menunjukkan hal yang berbeda dengan sebelumnya, subjek penelitian adalah siswa Sekolah Menengah Atas yang ikut kegiatan ekstrakurikuler *surfing* dan metode penelitian menggunakan *research and development* dengan model ADDIE. Populasi pada penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Atas pada satuan pendidikan SMA Negeri 15 Seram Bagian Barat.

Pelestarian *lawe kokohu* sebagai permainan tradisional yang lahir dari kearifan lokal Desa Latu di era modern memerlukan pendekatan ilmiah (*Sport Science*) agar dapat diajarkan secara terstruktur dalam lingkup pendidikan formal. Mengingat penerapan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah masih dengan pembebanan latihan yang bersifat otodidak (*trial and error*) di alam terbuka, yang seringkali memiliki risiko keselamatan tinggi bagi siswa pemula. Penelitian ini

mengintegrasikan prinsip latihan modern menggunakan alat bantu spesifik seperti (*balance ball* dan *resistance band*) untuk mensimulasikan beban fisiologis dan tuntutan motorik *lawe kokohu* di darat. Pendekatan ini bertujuan untuk mengakselerasi penguasaan teknik tradisional melalui metode latihan modern yang terukur, aman, dan sistematis, tanpa menghilangkan esensi budaya lokal yang terkandung di dalamnya.

Masalah minimnya program latihan *surfing* yang terstruktur pada jenjang usia sekolah pada dasarnya tidak hanya difokuskan pada wilayah Maluku saja, melainkan merepresentasikan permasalahan umum di berbagai wilayah pesisir di Indonesia. Keterbatasan akses terhadap metode latihan modern, kurangnya modul pedoman bagi guru olahraga, dan dominannya praktik *trial and error* di alam terbuka merupakan kendala yang juga dialami oleh daerah-daerah lain di Nusantara. Oleh karena itu, meskipun penelitian ini mengangkat nilai tradisi *Lawe Kokohu*, secara hakikat model latihan yang dikembangkan ini bersifat fleksibel, adaptif, dan ditujukan untuk pengembangan ekstrakurikuler *surfing* di semua daerah di Indonesia yang memiliki potensi untuk dikembangkan. Hal ini diharapkan dapat mentransformasikan kearifan lokal pesisir menjadi model pembinaan olahraga prestasi nasional yang terstandarisasi, aman, dan aplikatif untuk seluruh siswa Sekolah Menengah Atas di Indonesia.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka fokus penelitian ini adalah pengembangan model latihan *surfing lawe kokohu* untuk siswa Sekolah Menengah Atas. Adapun responden dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 15 Seram Bagian Barat.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian maka dapat dirumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Bagaimana pengembangan model latihan *surfing lawe kokohu* bagi siswa Sekolah Menengah Atas?
2. Bagaimana kelayakan model latihan *surfing lawe kokohu* bagi siswa Sekolah Menengah Atas?

3. Apakah model latihan *surfing lawe kokohu* efektif untuk meningkatkan keterampilan *surfing* bagi siswa Sekolah Menengah Atas?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Kegunaan dari hasil penelitian ini adalah.

1. Membantu tenaga pengajar di sekolah yang terdapat ekstrakurikuler *surfing* untuk memperoleh pengetahuan mengenai materi latihan *surfing*.
2. Memberikan suasana baru dalam penyampaian materi sehingga siswa tidak merasa jenuh dengan metodologis latihan konvensional.
3. Sebagai masukan untuk tenaga pelatih dan relawan dalam penyampaian materi khusus latihan *surfing*.
4. Sumbangan pemikiran peneliti pada bidang pendidikan. khususnya bentuk model latihan *surfing lawe kokohu* untuk pembelajaran ekstrakurikuler siswa Sekolah Menengah Atas

