

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Percaya diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan psikologis individu, khususnya pada masa anak-anak dan remaja. Percaya diri atau *self-confidence* berperan dalam menentukan bagaimana individu memandang dirinya sendiri, menghadapi tantangan, dan berinteraksi dalam lingkungan sosial. Menurut Bandura, A., & Wessels, (1997) dalam (Rustika, 2016, p. 18) menyebut kepercayaan diri sebagai bagian dari *self-efficacy*, yakni keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas atau menyelesaikan masalah. Kepercayaan diri yang sehat akan mendorong individu untuk berani mencoba hal baru, percaya pada kemampuannya sendiri, serta mampu menghadapi tantangan dan tekanan lingkungan secara positif.

Menurut Lauster dalam (Lumban et al., 2017, p. 64) percaya diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.

Pada masa perkembangan anak dan remaja, kepercayaan diri memegang peran yang sangat penting dalam membentuk karakter dan kesiapan individu menghadapi tugas-tugas perkembangan sosial maupun akademik. Menurut Hurlock (2003) dalam (Sumanto, 2014, p. 3) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri mulai terbentuk sejak usia dini dan akan terus berkembang sepanjang masa remaja. Perbedaan usia serta pengalaman sosial yang dimiliki oleh anak-anak dan remaja dapat berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri mereka.

Menurut Hurlock (2003) dalam (Sumanto, 2014, p. 107) masa kanak-kanak dibagi menjadi dua periode utama, yaitu masa kanak-kanak awal (*Early Childhood*) 2 – 6 tahun dan masa kanak-kanak akhir (*Late Childhood*) 6 – 12 tahun. Pada masa kanak-kanak awal sering disebut sebagai masa prasekolah. Pada tahap ini anak menunjukkan

pertumbuhan fisik yang relatif cepat, diiringi dengan perkembangan motorik kasar dan halus yang semakin terkoordinasi. Perkembangan bahasa berkembang sangat pesat sehingga anak mulai mampu berkomunikasi secara lebih jelas dengan lingkungannya. Pada masa ini kegiatan bermain menjadi aktivitas utama yang tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana untuk mengembangkan imajinasi, kreativitas, serta kemampuan sosial anak.

Pada masa kanak-kanak akhir (usia 6–12 tahun), merupakan tahap perkembangan yang berada pada masa peralihan ke masa remaja. Anak mulai menunjukkan sikap yang lebih realistis dalam menilai diri dan lingkungannya, berbeda dengan masa kanak-kanak awal yang cenderung masih dipenuhi oleh fantasi dan imajinasi. Rasa ingin tahu pada masa ini sangat besar, sehingga anak aktif bertanya dan berusaha mencoba hal-hal baru, baik dalam pembelajaran akademik maupun keterampilan sehari-hari. Dari segi emosional, anak usia akhir sudah memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik dibanding masa sebelumnya, meskipun masih ada kecenderungan mudah tersinggung. Kesadaran moral juga mulai terbentuk, ditunjukkan dengan pemahaman terhadap aturan, kedisiplinan, serta tanggung jawab. Secara fisik, pertumbuhan tubuh anak berlangsung stabil, dan koordinasi motorik halus maupun kasar semakin baik, sehingga anak lebih terampil dalam melakukan berbagai aktivitas.

Percaya diri anak berkembang melalui pengalaman langsung, penguatan sosial dari orang tua, guru, dan teman sebaya. Anak-anak yang mendapat dorongan positif dari lingkungan sekitarnya cenderung membentuk pandangan positif terhadap diri sendiri. Anak yang memiliki rasa percaya diri yang baik akan lebih aktif, kreatif, dan mandiri dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan. Namun, di era digital saat ini banyak anak mengalami tantangan yang memengaruhi kepercayaan diri mereka, seperti kurangnya interaksi sosial langsung karena ketergantungan pada gadget, tekanan dari media sosial, yang sering menampilkan standar yang tidak realistis. kecenderungan overprotektif dari orang tua, yang mengurangi kesempatan anak mengambil risiko dan belajar dari pengalaman.

Menurut Hurlock (2003) dalam (Sumanto, 2014, p. 205) Awal masa remaja berlangsung dari 13 - 16 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 -18 tahun yaitu usia matang secara hukum. Pada masa Remaja (usia 13–18 tahun) adalah periode krusial dalam pencarian identitas diri. Tahap ini ditandai dengan terjadinya perubahan

yang cepat dan signifikan baik secara fisik, psikis, maupun sosial. Perubahan fisik terlihat jelas dengan dimulainya masa pubertas, seperti pertumbuhan tinggi badan yang pesat, perubahan bentuk tubuh, dan kematangan organ reproduksi. Perubahan ini sering kali menimbulkan rasa canggung, sehingga remaja awal sangat memperhatikan penampilan diri dan mudah membandingkan fisiknya dengan orang lain. Dari sisi psikologis, remaja awal mulai mencari jati diri dan berusaha memperoleh pengakuan dari lingkungan. Hal ini sering menimbulkan konflik batin, karena di satu sisi mereka ingin mandiri, namun di sisi lain masih membutuhkan dukungan dari orang tua. Perkembangan emosi pada masa ini relatif labil, remaja mudah tersinggung, sensitif, dan terkadang memberontak sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap perubahan yang dialaminya.

Percaya diri pada masa ini sangat dipengaruhi oleh penerimaan sosial, pencapaian akademik, dan penampilan fisik. Erikson (1968) dalam (Nadiah et al., 2021, p. 22) menyebut remaja sebagai masa krisis identitas yang menentukan arah kepribadian di masa dewasa. Remaja saat ini menghadapi berbagai tantangan yang dapat menurunkan kepercayaan diri, seperti Perbandingan sosial di media sosial misalnya, FOMO (fear of missing out), Tekanan akademik dan ekspektasi tinggi dari sekolah atau keluarga, Masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi, yang semakin meningkat menurut data WHO (2022). Rendahnya tingkat kepercayaan diri dapat menghambat potensi remaja dan mempengaruhi kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui bagaimana tingkat kepercayaan diri berkembang di antara dua fase ini, terutama dalam konteks kegiatan yang bersifat sosial dan kompetitif, seperti pencak silat.

Menurut Lubis (2013) dalam (Halbatullah et al., 2019, p. 137) Pencak silat merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia di mana sangat diyakini oleh para pendekarnya dan pakar pencak silat bahwa masyarakat melayu saat ini menciptakan dan mempergunakan ilmu bela diri ini sejak di masa prasejarah. Dalam konteks ini, kegiatan fisik bela diri seperti pencak silat dapat menjadi salah satu alternatif untuk membangun kepercayaan diri. Pencak silat sebagai salah satu seni bela diri tradisional Indonesia, tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk pertahanan diri, tetapi juga memiliki potensi yang signifikan dalam pembentukan karakter anak-anak. Dalam konteks pendidikan dan pengembangan anak, latihan pencak silat dapat berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri, disiplin, dan kemampuan sosial. Sesuai dengan pasal 32 Undang - Undang Dasar 1945 diamanatkan untuk dimajukan oleh pemerintah. Pencak silat sebagai unsur

kebudayaan nasional dan sebagai olahraga tradisional, yang termasuk kebudayaan lama dan asli. Undang - Undang Dasar 1945 Pasal 32 Ayat 1 berbunyi “Negara memajukan kebudayaan nasional Indonesia di tengah peradaban dunia dengan menjamin kebebasan masyarakat dalam memelihara dan mengembangkan nilai-nilai budayanya”.

Pencak silat bukan hanya mengajarkan teknik pertahanan diri, namun juga menanamkan nilai disiplin, tanggung jawab, dan keberanian. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa latihan bela diri dapat meningkatkan rasa percaya diri karena mendorong pencapaian, kontrol diri, dan pengakuan dari lingkungan sosial. Hal ini sejalan dengan pandangan Bandura, A., & Wessels, (1997, p. 4) dalam konsep *self-efficacy*, di mana kepercayaan terhadap kemampuan diri akan memengaruhi cara seseorang berpikir dan bertindak.

Pencak Silat Perisai Diri, sebagai salah satu perguruan pencak silat besar di Indonesia, memiliki sistem latihan yang terstruktur dan menekankan pengembangan mental, spiritual, dan fisik secara seimbang. Didirikan oleh R.M. Soebandiman Dirdjoatmodjo, Perisai Diri mengajarkan filosofi "Pandai Silat Tanpa Cedera", yang menekankan kontrol diri dan penggunaan kekuatan secara bijaksana. Hal ini menjadikan pencak silat Perisai Diri bukan sekadar aktivitas fisik, tetapi juga sarana pembentukan karakter, termasuk pengembangan rasa percaya diri.

Perguruan Perisai Diri di Tasikmalaya memiliki sejarah yang cukup panjang dan telah berkembang secara signifikan. Awalnya, seni bela diri ini diperkenalkan dalam acara kenaikan kelas di sekolah dasar, yang kemudian menarik minat masyarakat. Sejak tahun 1990-an, Perisai Diri mulai berkembang pesat dengan hadir di berbagai sekolah di Tasikmalaya, membentuk banyak cabang untuk mengajarkan bela diri dan mendorong prestasi siswa dalam kompetisi pencak silat. Sehingga Perguruan KELATNAS Perisai Diri resmi didirikan di kota Tasikmalaya pada tanggal 3 Mei 2003 oleh Hendrik Pangemanan (Anantaguna. G. 2003, p. 4)

Para atlet dianjurkan untuk mengikuti berbagai kegiatan yang sudah terprogram oleh cabang. Perisai diri di Kota Tasikmalaya mempunyai program latihan dan kurikulum yang berbeda, cabang menetapkan untuk latihan rutin setiap ranting dua kali dalam seminggu, latihan khusus malam untuk latihan atlet tiga kali dalam seminggu, dan latihan khusus pelatih satu kali dalam seminggu. Perisai diri mempunyai materi latihan yang tidak ada di perguruan atau bela diri lain yaitu Serang hindar. Perisai Diri

mengajarkan nilai-nilai keberanian, tanggung jawab, dan kebijaksanaan, menjadikannya lebih dari sekadar bela diri, ini adalah perjalanan untuk membentuk pribadi yang unggul dan berkarakter.

Keberhasilan percaya diri di perisai diri di kota Tasikmalaya dapat dilihat dari berbagai aspek, baik dalam proses latihan, pertandingan, interaksi sosial atau hasil nyata dalam kompetisi di kehidupan sehari-hari. Perisai diri di Tasikmalaya terdiri dari berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak hingga remaja. Perbedaan tersebut terlihat dalam aktivitas latihan maupun pertandingan. Atlet usia anak akhir umumnya menunjukkan semangat tinggi, keberanian mencoba teknik baru, serta mudah termotivasi dengan pujian. Sebaliknya, atlet remaja awal ada yang menunjukkan percaya diri lebih matang karena pengalaman bertanding yang lebih banyak, tetapi tidak jarang juga mengalami penurunan rasa percaya diri akibat rasa minder, perubahan fisik, maupun tekanan dari kelompok sebaya. Perbedaan ini menimbulkan tantangan tersendiri dalam proses pembinaan atlet. Namun, belum banyak kajian yang mengupas bagaimana perbedaan usia mempengaruhi kepercayaan diri pesilat dalam perguruan yang sama. Penelitian oleh Jati & Sahri ( 2023 ) dan Suprayitno ( 2020 ) memang menunjukkan kaitan antara pencak silat dan kepercayaan diri, namun tidak membandingkan antar kelompok usia. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bela diri pencak silat memiliki dampak positif terhadap perkembangan percaya diri.

Berdasarkan uraian di atas penulis melihat bahwa karakter kepercayaan diri sangat penting dimiliki oleh atlet guna mencapai hasil yang maksimal, penelitian ini penting untuk mengetahui bagaimana tingkat percaya diri antara usia anak akhir dan usia remaja awal pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya, serta apakah terdapat perbedaan tingkat percaya diri antara usia anak akhir dan usia remaja awal sehingga, peneliti membandingkan secara spesifik tingkat percaya diri berdasarkan usia dalam konteks latihan pencak silat perisai diri, sehingga membuka peluang untuk memberikan kontribusi dalam bidang psikologi olahraga dan pendidikan karakter sebagai referensi bagi pelatih dan pengelola dalam menyusun pendekatan latihan yang sesuai dengan tahap perkembangan setiap usia. Berdasarkan pertimbangan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Perbandingan tingkat percaya diri antara usia anak akhir dan usia remaja awal pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan permasalahan di atas, maka dapat dirumuskan masalah pokok dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a. Bagaimana tingkat percaya diri usia anak akhir pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya?
- b. Bagaimana tingkat percaya diri usia pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya?
- c. Apakah terdapat perbedaan tingkat percaya diri antara usia anak akhir dan usia remaja awal pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya, jika terdapat perbedaan, usia manakah yang memiliki tingkat percaya diri lebih tinggi?

## 1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam pengertian terhadap istilah yang digunakan, maka perlu adanya penjelasan batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini, adapun istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut :

- a. Percaya Diri atau *self – efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Bandura, A., & Wessels, (1997) dalam (Rustika, 2016, p. 18) menyebut kepercayaan diri sebagai bagian dari *self-efficacy*, yakni keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas atau menyelesaikan masalah. Percaya diri yaitu kemampuan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi situasi, menyelesaikan tugas serta mengambil keputusan tanpa merasa takut atau ragu secara berlebihan. Orang yang percaya diri menunjukkan sejumlah sikap, perilaku, dan pola pikir positif terhadap dirinya sendiri dan situasi di sekitarnya. Orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira (Lumban et al., 2017, p. 64). Berdasarkan uraian di atas, percaya diri adalah keyakinan pada diri sendiri baik itu tingkah laku, emosi, kerohanian yang bersumber dari hati nurani untuk mampu melakukan segala sesuatu sesuai dengan kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan hidup agar hidup lebih bermakna.

- b. Usia Anak merupakan tahap perkembangan yang berada setelah masa balita dan sebelum masa remaja. Menurut Hurlock (2003) dalam (Sumanto 2014, p. 104) masa anak-anak dibagi menjadi dua tahap, yaitu masa kanak-kanak awal ( 2-6 tahun ), dan

masa kanak-kanak akhir ( 6-12 tahun ). Pada masa kanak-kanak akhir, anak-anak mulai mengalami perkembangan intelektual, sosial, dan emosional yang signifikan, serta mulai membandingkan dirinya dengan orang lain dan membentuk dasar dari harga diri dan kepercayaan diri.

c. Usia Remaja menurut Hurlock (2003) dalam (Sumanto 2014, p. 206) masa remaja sebagai periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini, individu mengalami perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Awal masa remaja berlangsung dari 13 - 16 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 -18 tahun yaitu usia matang secara hukum. Pada masa Remaja (usia 13–18 tahun) adalah periode krusial dalam pencarian identitas diri.

d. Pencak Silat Perisai Diri, Pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela dan mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integritasnya (manunggalnya) terhadap lingkungan hidup atau alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan takwa kepada Tuhan yang maha Esa. (Sudiana, ketut & Sepyanawati, 2017, p. 3) Pencak Silat Perisai Diri, sebagai salah satu perguruan pencak silat besar di Indonesia, memiliki sistem latihan yang terstruktur dan menekankan pengembangan mental, spiritual, dan fisik secara seimbang.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Untuk mengetahui tingkat percaya diri usia anak akhir pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya.
- b. Untuk mengetahui tingkat percaya diri usia remaja awal pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya.
- c. Untuk mengetahui perbedaan tingkat percaya diri antara usia anak akhir dan usia remaja awal pada cabang pencak silat perisai diri di kota Tasikmalaya, untuk mengetahui usia manakah yang memiliki tingkat percaya diri lebih tinggi.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

Dengan dilakukan penelitian ini, maka diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

- a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi perkembangan dan psikologi olahraga, khususnya dalam memahami perbedaan tingkat percaya diri berdasarkan tahapan usia dalam konteks latihan silat perisai diri. Selain itu hasil penelitian ini dapat memperkaya literatur hubungan antara usia dan percaya diri.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk berbagai pihak sebagai berikut:

1) Bagi Orang Tua dan Pelatih

Memberikan pemahaman mengenai manfaat latihan pencak silat terhadap pembentukan kepercayaan diri anak dan remaja, sehingga dapat mendukung anak secara optimal di rumah maupun dalam proses latihan, memberikan informasi tentang karakteristik percaya diri berdasarkan kelompok usia, sehingga dapat menyesuaikan pendekatan latihan yang tepat dan program latihan pembinaan berbasis usia dan psikologi perkembangan, guna memaksimalkan potensi percaya diri atlet.

2) Bagi Atlet

Atlet pencak silat perisai diri menjadi sangat percaya diri dalam pembentukan karakter mereka, baik dalam konteks pencak silat maupun kehidupan sehari-hari.

3) Bagi Peneliti selanjutnya

Menjadi referensi awal untuk penelitian lanjutan terkait hubungan antara usia, aktivitas bela diri, dan aspek psikologis.