

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh berbagai kalangan masyarakat di Indonesia, mulai dari anak-anak, remaja, sampai dengan dewasa, baik di perkotaan maupun dipedesaan. Dalam olahraga renang terdapat berbagai manfaat yang seringkali diartikan sebagai kecakapan hidup (*life skill*), hal ini berguna untuk menolong dirinya sendiri maupun orang lain.

Selain itu olahraga renang bermanfaat sebagai alat pendidikan. Olahraga renang termasuk dalam jenis olahraga akuatik yang diajarkan di sekolah. Maka, tugas dari seorang pengajar pendidikan jasmani harus mengajarkannya. Olahraga renang dapat memberikan kesempatan kepada siswa atau mahasiswa untuk mengenal dan memahami lingkungannya. Melalui berenang itu pula siswa atau mahasiswa memperoleh kesempatan untuk bergerak bebas, dan dalam keadaan apapun dia harus menggerakkan seluruh anggota tubuhnya agar bisa mengapung dan bergerak.

Salah satu penyelenggaraan proses pembelajaran renang adalah sekolah. Sekolah merupakan salah satu wadah pembelajaran atau organisasi yang paling utama untuk menjalankan proses belajar mengajar. Pendapat penulis sejalan dengan yang disampaikan oleh (Kurniawan, 2018, p. 18), Sekolah merupakan wadah awal untuk proses sebuah pembelajaran sebelum nantinya akan tersaring untuk mengarah ke olahraga prestasi, sekolah juga merupakan tempat para guru, pembina, pelatih mengembangkan dan mengimplementasikan ilmu yang dimilikinya.

Pembelajaran renang sudah menjadi bagian integral di kurikulum pendidikan di semua jenjang, mulai dari jenjang Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Kemampuan berenang siswa bukan hanya sekedar kemampuan rekreasi, tetapi juga pembelajaran renang memberikan banyak manfaat bagi siswa baik secara fisik maupun psikologis. Dengan mengajarkan renang sejak dini, siswa dapat mengembangkan kepercayaan diri, kebugaran fisik dan kesadaran akan pentingnya menjaga keselamatan.

Olahraga renang terdapat aspek yang mempengaruhi keberhasilan belajar renang seperti aspek teknik, aspek fisik dan aspek mental. Pendapat penulis sejalan dengan yang

dinyatakan oleh (Nur & Malik, 2020, p. 32). “aspek teknik merupakan kesesuaian antara teori yang sudah dipelajari atau didapatkan dengan aplikasinya di lapangan”. Contohnya seperti gerakan meluncur, gerakan lengan, gerakan kaki, gerakan tungkai dan cara pengambilan napas ketika didalam air. Pujiyanto, (2015, p. 39) menyatakan makna dari aspek fisik: “di dalam aspek fisik terdapat tiga kelompok utama yang dibutuhkan untuk melakukan unjuk kerja dalam olahraga renang, yaitu: kekuatan, daya tahan, dan kelentukan. Dari ketiga unsur tersebut masing-masing saling berhubungan tetapi faktor yang paling mendasar adalah unsur kekuatan”.

Kemudian aspek mental yang mempengaruhi kemampuan renang seperti keberanian, motivasi, kecemasan, komunikasi, konsentrasi dan rasa percaya diri. Tentunya aspek mental merupakan aspek yang paling mendasar yang harus dimiliki oleh mahasiswa. Pada tahap tersebut biasanya terdapat mahasiswa yang masih merasa takut ketika berenang. Penyebab ketakutan tersebut antara lain, perasaan takut terhadap air atau phobia, takut kedalaman kolam, merasa terancam keselamatannya atau takut tenggelam, dan pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan atau traumatik.

Demi memaksimalkan hasil belajar renang gaya bebas, mahasiswa harus memiliki motivasi yang kuat agar dalam proses pembelajaran renang tersebut mahasiswa tidak merasa cemas dan dapat menerima pelajaran serta mempraktikkan keterampilannya tanpa hambatan sedikitpun. Menurut Widodo et al., (2017, p. 62) motivasi merupakan salah satu aspek mental yang mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam melakukan gerakan renang gaya bebas. Dari pengertian motivasi dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah dorongan seseorang untuk melakukan sesuatu dalam mencapai tujuan yang ingin dicapainya.

Sementara Yanti et al., (2013, p. 283) menyatakan bahwa kecemasan dikatakan menyimpang apabila individu tidak dapat meredam (merepresikan) rasa cemas tersebut dalam situasi dimana kebanyakan orang mampu menanganinya tanpa adanya kesulitan yang berarti. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan dapat muncul pada situasi tertentu seperti berbicara didepan umum, tekanan pekerjaan yang tinggi, menghadapi ujian dan salah satunya adalah saat berlangsungnya proses pembelajaran renang.

Pada proses pembelajaran renang mahasiswa pendidikan jasmani di mata kuliah pembelajaran renang 1, terdapat permasalahan yang terjadi, diantaranya yaitu, terdapat

beberapa mahasiswa yang memiliki motivasi belajar renang yang tinggi namun memiliki kecemasan dalam prosesnya sehingga mengakibatkan mahasiswa tersebut merasa kurang percaya diri atau bahkan kesulitan dalam mempraktikkan keterampilan renang yang menyebabkan hasil belajar dalam renang gaya bebas tidak maksimal. Selain itu ada juga mahasiswa yang bagus dalam keterampilan renang gaya bebas namun memiliki motivasi yang kurang dalam proses pembelajaran renang sehingga mengakibatkan mahasiswa tersebut mendapatkan hasil pembelajaran yang kurang bagus dan memungkinkan mahasiswa tersebut untuk mengulang.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Motivasi Dan Kecemasan Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Siliwangi Angkatan 2023”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di bagian atas, dapat disimpulkan bahwa masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan.

- a. Apakah terdapat hubungan motivasi terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada pembelajaran renang Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Siliwangi Angkatan 2023?
- b. Apakah terdapat hubungan kecemasan terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada pembelajaran renang Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Siliwangi Angkatan 2023?
- c. Apakah terdapat hubungan motivasi dan kecemasan terhadap hasil belajar renang gaya bebas pada pembelajaran renang Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Siliwangi Angkatan 2023?

1.3 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkannya, penulis mengemukakan makna yang dimaksud dari setiap istilah berikut:

- a. Motivasi menurut Tamara, (2017, p. 113) adalah merupakan faktor psikis yang bersifat non-intelektual, perannya yang khas adalah dalam penumbuhan gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar.

- b. Kecemasan menurut Nurdiansyah, (2013, p. 1) adalah keadaan tertekan dengan sebab atau tidak ada sebab yang mengerti, kegelisahan hampir selalu disertai dengan gangguan system syarat otonom dan disertai rasa mual.
- c. Hasil belajar menurut Yudha & Nasution, (2016, p. 741) adalah hasil yang dicapai dari latihan, pengalaman yang didukung oleh kesadaran, jadi hasil belajar merupakan hasil dari perubahan dalam proses belajar.
- d. Renang gaya bebas menurut Amri et al., (2022, p. 139) adalah gaya yang tidak terikat dengan teknik-teknik dasar tertentu, berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air, kedua belah tangan secara bergantian digerakan jauh kedepan dengan gerakan mengayuh, sementara kedua belah kaki bergerak secara bergantian dicambukan naik turun ke atas dan ke bawah.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah ditemukan oleh penulis pada bagian atas, maka penulis mempunyai tujuan dalam penelitian ini adalah untuk

- a. Untuk mengetahui hubungan motivasi terhadap hasil belajar renang gaya bebas.
- b. Untuk mengetahui hubungan kecemasan terhadap hasil belajar renang gaya bebas.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara motivasi dan kecemasan terhadap hasil belajar renang gaya bebas.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi pada pengembangan teori dalam bidang ilmu keolahragaan, khususnya terkait dengan hubungan motivasi dan kecemasan terhadap hasil belajar pada pembelajaran renang mahasiswa pendidikan jasmani. Penelitian ini akan memperkaya literature ilmiah yang ada, serta memberikan dasar bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang ingin mendalami lebih jauh mengenai hasil belajar renang gaya bebas dalam pembelajaran.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini akan memberikan wawasan praktis bagi mahasiswa, dosen dan pelatih serta atlet renang mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar renang gaya bebas. Penelitian ini dapat digunakan untuk merancang program pembelajaran atau latihan yang lebih efektif dan terfokus pada pengembangan latihan motivasi belajar dan mencegah kecemasan pada saat melakukan tes atau selama pembelajaran berlangsung. Dengan demikian, pengajar atau pelatih dapat membantu mahasiswa atau peserta didik meningkatkan latihan motivasi dan psikologi atau latihan mental mereka yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada pencapaian pembelajaran yang lebih baik.