I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang dapat diajarkan pada anak-anak dan orang dewasa, bahkan bayi yang berumur beberapa bulan saja sudah dapat mulai diajarkan renang (Kasiyo Dwijowinoto, 1979:1). Renang adalah gerakan sewaktu bergerak di air, dan biasanya tanpa perlengkapan buatan. Kegiatan ini dapat dimanfaatkan untuk rekreasi dan olahraga. Oleh sebab itu renang menjadi salah satu jenis olahraga yang populer di masyarakat.

Gaya bebas merupakan gaya yang paling dasar untuk diajarkan kepada anak yang masih dalam tahap pengenalan. Sebelum mengenal gaya bebas sebaiknya anak mempelajari gerak dasar meluncur sebagai dasar pembelajaran renang. Pada cabang renang gaya bebas memerlukan beberapa teknik untuk menguasai gerak secara benar, akan tetapi selain teknik dan kemampuan yang baik, faktor psikis juga akan mempengaruhi tingkat keberhasilan anak dalam pembelajaran tersebut. Pada tahap pengenalan biasanya anak masih merasa takut ketika pertama kali diajarkan berenang. Penyebab ketakutan yang dialami anak antara lain, perasaan takut terhadap air atau phobia, takut terhadap kedalaman kolam, merasa terancam keselamatanya atau takut tenggelam, dan pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan atau traumatik. Hal-hal seperti ini yang akan

memicu timbulnya rasa cemas yang dapat menghambat kelancaran proses pembelajaran.

Pengertian cemas menurut kamus besar Bahasa Indonesia (1999) adalah “tidak tentram hati (karena khawatir, takut), gelisah” (hlm.181). Kecemasan merupakan hal yang normal terjadi pada setiap individu, reaksi umum terhadap stres kadang dengan disertai kemunculan kecemasan. Namun kecemasan itu dikatakan menyimpang bila individu tidak dapat meredam (merepresikan) rasa cemas tersebut dalam situasi dimana kebanyakan orang mampu menanganinya tanpa adanya kesulitan yang berarti.

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. Situasi-situasi tersebut dapat memicu munculnya kecemasan bahkan rasa takut. Namun, gangguan kecemasan muncul bila rasa cemas tersebut terus berlangsung lama, terjadi perubahan perilaku, atau terjadinya perubahan metabolisme tubuh. Perasaan perasaan seperti ini yang dapat mempengaruhi jatuhnya mental, menurunnya tingkat konsentrasi dan rasa percaya diri sehingga kurang maksimalnya kemampuan anak.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMP Wiyata Karya Natar Lampung Selatan, masih banyak siswa yang belum maksimal kemampuannya saat mengikuti pembelajaran renang gaya bebas. Pendidik masih belum memahami bahwa masih banyak siswa yang mengalami kecemasan saat mengikuti proses pembelajaran renang di sekolah. Masih banyak siswa yang merasa takut ketika

berada di dalam air terutama di kolam yang lebih dalam, apalagi saat menghadapi tes pengambilan nilai. Dan hal tersebut akan mempengaruhi kemampuan anak saat melakukan tes pengambilan nilai renang.

Dari hasil uraian diatas dan dari hasil pengamatan yang dilakukan, maka peneliti bermaksud melakukan penelitan tentang “hubungan tingkat kecemasan dengan hasil belajar gerak dasar meluncur pada renang gaya bebas siswa kelas VII A SMP Wiyata Karya Natar Lampung Selatan

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis uraikan maka dapat diidentifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Banyak siswa yang merasa takut atau cemas saat berada di kolam renang ketika mengikuti pelajaran renang.
2. Banyak siswa yang tidak maksimal kemampuan dan keterampilannya saat mengikuti pelajaran renang.
3. Masih kurangnya pemahaman guru tentang gejala kecemasan yang dialami siswa saat pelajaran olahraga, khususnya renang.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak meluas, maka dalam penelitian ini peneliti hanya membatasi masalah pada “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Gerak Dasar Meluncur Pada Renang Gaya Bebas Siswa Kelas VII A SMP Wiyata Karya Natar Lampung Selatan”.

D. Rumusan Masalah

Sesuai latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini adalah Seberapa besar hubungan tingkat kecemasan dengan hasil belajar gerak dasar meluncur pada renang gaya bebas siswa kelas VII A SMP Wiyata Karya Natar Lampung Selatan.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah penelitian diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan tingkat kecemasan dengan hasil belajar gerak dasar meluncur pada renang gaya bebas Siswa kelas VII A SMP Wiyata Karya Natar Lampung Selatan.

F. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini penulis berharap antara lain:

1. Bagi siswa

Meningkatkan pengetahuan siswa dalam mengukur tingkat kecemasanya saat melakukan pelajaran renang.

2. Bagi Guru Penjaskes

Sebagai salah satu metode untuk mengetahui seberapa besar hubungan tingkat kecemasan dengan hasil belajar gerak dasar meluncur pada renang gaya bebas.

3. Bagi Peneliti

Sebagai sarana untuk mengkaji seberapa besar tingkat kecemasan siswa.

4. Bagi Program Studi

Sebagai informasi dan pengembangan ilmu bagi pihak yang ingin melaksanakan penelitian.