

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pencak Silat adalah olahraga seni bela diri yang diturunkan atau diwarisi oleh nenek moyang bangsa Indonesia. Pencak silat pada zaman dahulu digunakan untuk mempertahankan diri dari serangan musuh atau pun berburu guna mendapatkan makanan yang kemudian berkembang pada masa penjajahan. Tata pembelaan diri pada zaman tersebut yang terutama didasarkan kepada kemampuan pribadi yang tinggi, merupakan dasar dari sistem pembelaan diri, baik dalam menghadapi perjuangan hidup maupun dalam pembelaan berkelompok dan sekarang pencak silat telah berkembang menjadi salah satu pertandingan olahraga prestasi diberbagai manca negara. Perkembangan olahraga pencak silat dimanca negara tersebut mengalami peningkatan yang pesat, akibat dengan banyaknya kejuaraan yang diselenggarakan secara *single event* dan *multi event*.

Pencak silat merupakan salah satu budaya asli yang berasal dari Indonesia, yang kini telah diterima oleh dunia internasional, kemudian dikembangkan sebagai olahraga modern yang dapat diterima oleh masyarakat luas. Hal ini dibuktikan dari kejuaraan-kejuaraan seperti SEA Games, Asian Games dan kejuaraan dunia lainnya, bahwa juara umum pada kejuaraan cabang pencak silat adalah nolagi didominasi oleh Indonesia. Aliansi Pencak Silat Internasional (PERSILAT) pada 11 Maret 1980 bersama dengan negara

Singapura, Malaysia dan Brunei Darussalam akhirnya dideklarasikan sebagai negara pendiri organisasi Pencak Silat Internasional dan PERSILAT secara resmi menjadi anggota Dewan Olimpiade Asia (OCA) (Putro, 2020)

Berdasarkan jenisnya serangan dalam pencak silat dibedakan menjadi dua yaitu, pukulan dan tendangan. Jenis pukulan pencak silat yaitu: pukulan lurus, pukulan samping, pukulan sangkul, pukulan lingkaran, tebasan, tebanan, sangga, tamparan, kepret, tusukan, totokan, patukan, cengkraman, gentusan, sikuan dan dobrakan. Sedangkan jenis tendangan pencak silat yaitu: tendangan lurus, tendangan samping, tendangan sabit, dan tendangan berputar (Lubis, 2014)

Sebagai olahraga kompetitif perkembangan pencak silat yang berakar dari budaya Indonesia perlu diperkenalkan dan dipelajari oleh segenap lapisan masyarakat, terlebih para siswa di sekolah. Olahraga saat ini mendapatkan perhatian yang cukup besar baik untuk meningkatkan kualitas manusia, kesegaran jasmani, maupun mencapai prestasi. Salah satu tempat dimana peserta didik dapat melakukan aktivitas olahraga, tempat belajar, dan melakukan kegiatan olahraga diluar jam belajar formal melalui kegiatan latihan di Ekstrakurikuler pencak silat. Ekstrakurikuler pencak silat yang difasilitasi adalah untuk mengembangkan bakat dan minat serta keterampilan sehingga akan timbul kemandirian percaya diri dan kreatifitas, yang merupakan potensi sumber daya manusia yang perlu dibina dan dikembangkan. Berawal dari sinilah muncul bibit olahragawan yang tidak akan habis apabila program olahraga di lembaga pendidikan secara

keseluruhan dapat di laksanakan sebaik-baiknya. Adapun teknik dalam pencak silat yaitu: (1) kuda-kuda; (2) sikap pasang; (3) langkah; (4) teknik belaan; (5) teknik pukulan; (6) teknik tendangan; (7) teknik jatuhan; (8) teknik tangkapan; (9) teknik bantingan; (10) teknik dasar tahanan terhadap bantingan. Peneliti dalam penelitian ini memilih teknik tendangan lurus karena teknik tendangan lebih panjang jangkauannya di banding dengan pukulan. (Lubis, 2014)

Pencak silat MTsN 3 BOGOR sering telah melahirkan atlit silat yang berprestasi di tingkat daerah, nomor tanding di MTsN 3 BOGOR sangat berperan andil terhadap prestasi yang di raih pencak silat MTsN 3 BOGOR, namun prestasi pada nomor tanding di MTsN 3 BOGOR beberapa tahun terakhir ini mengalami penurunan prestasi dengan tidak bisa mendapatkan target yang di targetkan oleh tim pelatih pada setiap ajang kejuaraan.

Pada siswa ekstrakurikuler pencak silat MTsN 3 BOGOR penulis menemukan kendala dalam melakukan teknik dasar tendangan lurus. Teknik tendangan lurus merupakan teknik yang menggunakan kaki dengan perkenaan perut dan dada. Ditinjau dari teknik Pencak Silat pada teknik tendangan lurus terdapat pengembangan terhadap macam penggunaan antara bertahan (*defence*) juga untuk teknik serangan (*offensive*). Karakteristik keberhasilan dan penguasaan memiliki tingkat hasil yang baik juga memiliki tingkat kesulitan dalam pelaksanaannya. Namun sebagian besar siswa Ekstrakurikuler pencak silat MTsN 3 BOGOR yang menggunakan teknik ini kurang sempurna sasarannya setelah melepaskan tendangan yang disebabkan

teknik tendangan lurus kurang dikuasai dengan baik sehingga sering kali tendangan lurus ini mudah diantisipasi oleh lawan.

Mengingat betapa pentingnya teknik tersebut dan untuk mencapai keberhasilan siswa maka peneliti berupaya untuk memecahkan masalah yang ada pada Ekstrakurikuler pencak silat MTsN 3 BOGOR. Peneliti ingin memberikan sesuatu perbaikan dengan alasannya bahwa tendangan lurus adalah sebuah teknik tendangan yang memiliki keunggulan pada. Teknik tendangan yang dilakukan dengan benar akan sangat membantu mengoptimalkan kinerja teknik tersebut dan juga mengurangi resiko cedera. Memiliki sasaran yang benar merupakan hal penting yang harus diperhatikan oleh seorang pelatih ketika memberikan materi tendangan lurus. Dengan memiliki sasaran yang benar anak akan memperoleh hasil maksimal saat melakukan teknik tendangan lurus sehingga teknik dasar adalah pondasi awal dalam pencak silat khususnya.

Salah satu cara untuk memperbaiki tendangan lurus dengan baik dan benar terutama untuk membiasakan angkatan dan sasaran yang benar dapat dilakukan dengan melalui media belajar puzzle bergambar, terpenting adalah media tambahan yang terdapat dalam kepingan puzzle bergambar sesuai dengan tinggi dada atau perut siswa yang bersangkutan.

Bedasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk bagaimana meneliti tendangan lurus melalui Media Belajar puzzle bergambar pada siswa Ekstrakurikuler pencak silat MTsN 3 BOGOR dalam meningkatkan keterampilan tendangan lurus. Maka atas dasar tersebut, hal ini menjadi

bahan penelitian dan hubungan dengan hal tersebut peneliti bermaksud meneliti meningkatkan keterampilan tendangan lurus melalui Media Belajar puzzle bergambar. Dengan tujuan adanya peningkatan pemahaman dan praktek pada siswa serta memberikan pendekatan latihan yang efektif dan tidak membosankan juga sekaligus memberikan informasi kepada pelatih lain tentang latihan tendangan lurus melalui media belajar puzzle bergambar, oleh karena itu, penulis tertarik untuk membuat penelitian yang berjudul meningkatkan keterampilan tendangan lurus melalui media belajar puzzle bergambar pada siswa ekstrakurikuler pencak silat MTsN 3 Bogor.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut fokus permasalahan pada penelitian ini adalah meningkatkan keterampilan tendangan lurus melalui media belajar puzzle bergambar pada siswa Ekstrakurikuler pencak silat MTsN 3 BOGOR.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus masalah yang telah dikemukakan, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah : Apakah melalui media belajar puzzle bergambar dapat meningkatkan keterampilan tendangan lurus pada siswa Ekstrakurikuler pencak silat MTsN 3 BOGOR

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Meningkatkan Keterampilan kemampuan teknik dasar khususnya Tendang lurus.
2. Sebagai bahan masukan dan evaluasi kepada pelatih Ekstrakurikuler dan guru di sekolah-sekolah dalam meningkatkan keterampilan teknik tendangan Lurus dengan penggunaan tahapan variasi latihan.
3. Memberikan suatu sumbangan pengetahuan dan pikiran yang sekaligus dapat dijadikan pedoman bagi Pencak silat di sekolah-sekolah untuk lebih memperhatikan lagi teknik dasar tendangan sebagai salah satu pondasi awal.

