BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kejuaraan pelajar yang banyak di selenggarakan oleh berbagai macam event dan sekolah , maka akan meningkatkan jumlah atlet yang berpartisipasi , sehingga akan muncul bibit-bibit bangsa yang unggul dan berpotensi. Banyaknya penyelenggaraan kejuaraan Pencak Silat di Indonesia juga menjadi bukti bahwa olahraga ini memiliki perkembangan yang semakin maju. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya kejuaraan-kejuaraan Pencak Silat mulai dari tingkat sekolah, tingkat perguruan tinggi, tingkat daerah, tingkat nasional maupun tingkat internasional . Untuk itu perlu diimbangi dengan pola pembinaan dan program pelatihan yang baik dan benar.

Adanya olahraga Pencak silat di sekolah-sekolah membantu dalam pembinaan pembibitan atlet Pencak silat di Indonesia. Di Sekolah menengah atas misalnya sudah mulai diperkenalkan bela diri, para siswa diajarkan berbagai macam teknik dasar Pencak Silat. Teknik dasar merupakan sistem atau cara melakukan suatu gerakan dasar. Teknik dasar mempunyai peranan yang sangat besar dalam membentuk teknik-teknik khusus lainnya karena teknik dasar merupakan pondasi awal. Untuk membentuk seorang atlet yang handal diperlukan teknik dasar yang bagus, untuk itu teknik dasar harus dilakukan dengan benar, agar tidak terjadi kesalahan yang berkelanjutan.

Dalam pencak silat ada beberapa kategori yang di pertandingkan yaitu tanding dan TGR , kategori tanding adalah kategori pertandingan pencak silat yang menampilkan dua orang pesilat dari kubu yang berbeda. (Johansyah, Pencak Silat, 2016). Keduanya saling berhadapan menggunakan unsur pembelaan dan serangan yaitu menangkis , mengelak dan menyerang pada sasaran dan menjatuhkan lawan menggunakan taktik dan teknik bertanding., ketahanan stamina dan semangat juang menggunakan kaidah dan pola langkah yang memanfaatkan kekayaan jurus , mendapatlkan nilai terbanyak.

Sedangkan yang di maksud TGR dalam pencak silat adalah tunggal, ganda dan regu (T.G.R). Jurus tunggal adalah jurus yang menampilkan satu orang dengan memperagakan kemahiran jurus dan gerakan yang baku. (Johansyah, Pencak Silat, 2014) terdiri dari tangan kosong, dan bersenjata golok, dan toya (tongkat), dibagi dalam tujuh jurus tangan kosong, tiga jurus golok, dan empat jurus toya (tongkat). Kategori ganda adalah pertandingan pencak silat yang menampilkan dua orang pesilat dari kubu yang sama memperegakan kemahiran dan kekayaan teknik jurus pencak silat yang dimiliki. (Johansyah, Pencak Silat, 2014). Gerakan serang bela di tampilkan secara terencana, efektif, mantap dan logis dalam sejumlah rangkaian seri yang teratur, baik bertenaga dan cepat maupun dalam gerakan lambat penuh penjiwaan, dengan tangan kosong dan bersenjata. Kategori regu adalah pertandingan pencak silat yang menampilkan tiga orang pesilat dari kubu yang sama memperagakan kemahiran dalam jurus baku regu secara benar, tepat, mantap, penuh penjiwaan dan kompak. (Johansyah, Pencak Silat, 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, kesegaraan 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 kegitan latihan di Ekstrakulikuler pencak silat. Ekstrakulikuler 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 sinihlah muncul bibit olahragawan yang tidak akan habis apabila program olahraga di lembaga pendidikan secara keseluruhan dapat dilaksanakan 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. (Johansyah, Pencak Silat, 2016) Peneliti dalam penelitian ini memilih tendangan sabit karena tendangan memiliki jangkauan yang lebih jauh di banding dengan pukulan.

Pencak silat SMAN 1 Babelan sering telah melahirkan atlit silat yang berprestasi di tingkat daerah, provinsi, dan nasional, nomor tanding di SMAN 1 Babelan sangat berperan andil dibanding nomor seni terhadap prestasi yang

di raih pencak silat SMAN 1 Babelan, namun prestasi pada nomor tanding di SMAN 1 Babelan beberapa tahun terakhir ini mengalami penurunan prestasi dengan tidak bisa mendapatkan target yang di targetkan oleh tim pelatih pada setiap ajang kejuaraan.

Pada siswa pencak silat SMAN 1 Babelan penulis banyak menemukan kendala dalam melakukan teknik dasar. Kendala yang banyak ditemui adalah pada tendangan sabit. Tendangan sabit adalah tendangan yang lintasan nya setengah lingkaran ke dalam, dengan sasaran seluruh bagian tubuh, dengan punggung telapak kaki atau jari telapak kaki. (Johansyah, Pencak Silat, 2014) Ditinjau dari teknik Pencak Silat pada tendangan sabit terdapat pengembangan terhadap macam penggunaan, antara menyerang *(offensive)* juga untuk teknik bertahan (*defence*). Karakteristik keberhasilan dan penguasaan memiliki tingkat hasil yang baik juga memiliki tingkat kesulitan dalam pelaksanaannya. Namun sebagian besar siswa ekstrakulikuler pencak silat SMAN 1 Babelan yang menggunakan teknik ini kurang sempurna dalam melakukan angkatan kaki dan keseimbangan pada saat menendang, yang disebabkan tendangan sabit kurang dikuasai dengan baik sehingga sering kali teknik ini mudah diantisipasi oleh lawan.

Mengingat betapa pentingnya teknik tersebut dan untuk mencapai keberhasilan siswa maka peneliti berupaya untuk memecahkan masalah yang ada pada siswa ekstrakulikuler pencak silat SMAN 1 Babelan. Peneliti ingin memberikan sesuatu perbaikan dengan alasan bahwa tendangan sabit adalah sebuah tendangan yang memiliki keunggulan pada teknik bertahan maupun

teknik menyerang. Angkatan kaki dan keseimbangan merupakan hal penting yang harus diperhatikan oleh seorang pelatih ketika memberikan materi tendangan sabit. Dengan angkatan kaki dan keseimbangan yang baik siswa akan memperoleh efesiensi gerak dan hasil maksimal saat melakukan teknik tendangan sabit, sehingga teknik dasar adalah pondasi awal dalam pencak silat pada khususnya.

Salah satu cara untuk memperbaiki teknik tendangan sabit dengan baik dan benar, terutama untuk membiasakan angkatan kaki dan keseimbangan dapat dilakukan dengan menggunakan model pembelajaran langsung yang berfungsi sebagai metode untuk menghasilkan teknik tendangan sabit yang baik dan benar.

Bedasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk bagaimana meneliti tendangan sabit melalui model pembelajaran langsung pada siswa ekstrakulikuler pencak silat SMAN 1 Babelan dalam meningkatkan keterampilan tendangan sabit. Maka atas dasar tersebut hal ini menjadi bahan penelitian, dan sehubungan dengan hal tersebut peneliti bermaksud meneliti meningkatkan keterampilan tendangan sabit melalui model pembelajaran langsung. Dengan tujuan adanya peningkatan pemahaman dan praktek pada anak serta memberikan pendekatan latihan yang efektif juga sekaligus memberikan informasi kepada pelatih lain tentang meningkatkan keterampilan tendangan sabit melalui model pembelajaran langsung, oleh karena itu, penulis

tertarik untuk membuat penelitian yang berjudul **"Meningkatkan Teknik Keterampilan Tendangan Sabit Melalui Model Pembelajaran Langsung Pada Siswa Ekstrakurikuler SMAN 1 Babelan".**

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut fokus permasalahan pada penelitian ini adalah meningkatkan keterampilan tendangan sabit melalui model pembelajaran langsung pada siswa ekstrakulikuler pencak silat SMAN 1 Babelan.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus masalah yang telah dikemukakan, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah : Apakah melalui model pembelajaran langsung dapat meningkatkan keterampilan tendangan sabit pada siswa ekstrakulikuler pencak silat SMAN 1 Babelan?

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Meningkatkan Keterampilan kemampuan teknik dasar khususnya tendangan sabit pada siswa SMAN 1 Babelan.
2. Sebagai bahan masukan dan evaluasi kepada pelatih ekstrakulikuler dan guru penjas di sekolah–sekolah dalam meningkatkan keterampilan teknik tendangan sabit 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.