

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pencak silat merupakan suatu seni bela diri tradisional yang berasal dari Nusantara yang merupakan warisan nenek moyang yang perlu dilestarikan atau disebarluaskan. Dalam sejarah perkembangan pencak silat, selain berfungsi sebagai cara pembelaan diri juga berfungsi sebagai seni, olahraga, dan pendidikan. Fungsi-fungsi ini berkembang seiring dengan beragamnya tujuan yang di pengaruhi oleh motivasi para pelaku dan tuntutan keadaan yang cenderung berubah-ubah. Menyadari pentingnya mengembangkan peranan pencak silat maka dirasa perlu adanya organisasi pencak silat yang bersifat nasional, yang dapat pula mengikat aliran-aliran pencak silat di seluruh Indonesia. Pada tanggal 18 Mei 1948, terbentuklah Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kini IPSI tercatat sebagai organisasi silat nasional tertua didunia. Pada 11 Maret 1980, Persatuan Pencak Silat Antar bangsa (Persilat) didirikan atas prakarsa Eddie M. Nalapraya (Indonesia), yang saat itu menjabat ketua IPSI. Acara tersebut juga dihadiri oleh perwakilan dari Malaysia, Singapura dan Brunei Darussalam. Keempat negara itu termasuk negara Indonesia.

Beberapa organisasi silat nasional antara lain adalah Ikatan Pencak Silat Indonesia(IPSI) diIndonesia, Persekutuan Silat Kebangsaan Malaysia(PESAKA) di Malaysia, Persekutuan Silat Singapore(PERSIS) di Singapura, dan Persekutuan

Silat Brunei Darussalam(PERSIB) di Brunei. Telah tumbuh pula puluhan perguruan-perguruan silat di Amerika Serikat dan Eropa.

Pencak Silat sendiri sudah mulai dipertandingkan di SEA GAMES sejak tahun 1987, Namun memang kiprah pencak silat dalam bidang prestasi tak begitu terdengar oleh masyarakat luas. Cabang olahraga Pencak silat memang tidak begitu eksis dibandingkan dengan cabang olahraga bela diri lainnya yang berasal dari luar negeri. Cabang olahraga pencak silat masih dianggap olahraga yang kuno oleh sebagian besar masyarakat Indonesia, mereka menganggap bahwa pencak silat dipelajari hanya untuk membela diri saja tidak ada tujuan untuk berprestasi.

Seiring perkembangan jaman kini olahraga Pencak Silat sudah menjadi salah satu cabang olahraga bela diri yang berprestasi dan mampu bersaing dengan cabang olahraga lainnya. Saat ini Pencak Silat sudah dipertandingkan di beberapa pertandingan ditingkat Nasional sampai International, baik itu pertandingan *single event* maupun *multi event*. Bahkan pada tahun 2018 pencak silat menjadi salah satu cabang olahraga beladiri yang dipertandingkan pada Asian Games yang diselenggarakan di Indonesia, dengan meraih 14 emas 1 perunggu menjadikan pencak silat mulai dikenal oleh masyarakat luas.

Dalam cabang olahraga beladiri Pencak Silat ada beberapa teknik yang dipakai pada saat bertanding, salah satunya adalah tangkapan, tangkapan adalah suatu teknik menangkap tangan, kaki, ataupun badan lawan dengan satu atau dua tangan dan dilanjutkan dengan gerakan lain. Bantingan adalah suatu teknik menjatuhkan dengan mengangkat anggota tubuh lawan, yang diawali dengan teknik tangkapan.

PAMUR Tangerang adalah salah satu Perguruan Pencak Silat yang ada di Indonesia, Perguruan PAMUR ini menaungi siswa/siswi sekolah permata insani Islamic School yang ingin mengetahui serta berprestasi pada cabang olahraga Pencak Silat .

Dalam hal ini penulis melihat atlet PAMUR Tangerang kurangnya keberhasilan ketika melakukan teknik jatuhnya tangkapan dalam, penulis menduga kurangnya pengetahuan tentang melakukan teknik tangkapan dalam. Hal ini mendorong untuk melakukan penelitian agar dapat mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan dan kelenturan otot pinggang terhadap kemampuan teknik jatuhnya tangkapan dalam pada atlet pencak silat PAMUR Tangerang.

B. Identifikasi Masalah

Mengacu pada latar belakang diatas agar tidak meluasnya penjabaran masalah yang diteliti, maka pada penelitian ini dapat didefinisikan menjadi beberapa masalah yaitu :

Pencak silat menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan mulai dari lingkup Kecamatan, Kabupaten/Kota, Provinsi, Nasional hingga Internasional. Dalam memenangkan pertandingan pencak silat kategori tanding harus mendapatkan nilai terbanyak dibandingkan lawan. Teknik tangkapan menjadi salah satu teknik yang dapat menghalau serangan serta mendapatkan point tinggi Terdapat kesulitan yang membuat tidak berhasilnya melakukan teknik jatuhnya tangkapan dalam perlu adanya perhatian untuk meningkatkan kemampuan teknik jatuhnya tangkapan melalui latihan kondisi fisik.

Kekuatan otot lengan dan kelentukan otot pinggang sangat di perlukan dalam melakukan tehnik tangkapan

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dan agar pembahasan penelitian ini tidak terlalu luas maka identifikasi masalah di batasi pada Hubungan Kekuatan Otot lengan dan Kelentukan Otot Pinggang Terhadap Kemampuan Teknik Jatuhan Tangkapan Dalam Pada Atlet PAMUR Tangerang.

D. Perumusan Masalah

Banyak faktor yang berperan dalam pencapaian hasil suatu proses latihan, maka akan banyak permasalahan yang timbul dalam penelitian ini. Demi kemudahan dalam pembahasan masalah ini, penulis akan merumuskan masalah yang ada sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan Teknik Jatuhan Tangkapan Dalam pada atlet pencak silat PAMUR Tangerang?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelentukan otot pinggang dengan kemampuan tehnik Jatuhan Tangkapan Dalam pada atlet pencak silat PAMUR Tangerang?
3. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dan kelentukan otot pinggang secara bersamaan dengan kemampuan Teknik Jatuhan Tangkapan Dalam pada atlet PAMUR Tangerang?

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam beberapa aspek seperti :

1. Manfaat teoritis :

Penelitian ini diharapkan bisa di jadikan kajian ilmiah untuk atlet pada umumnya dan atlet pencak silat khususnya.

2. Manfaat praktis

- a) Bagi pelatih pencak silat, penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan tentang pentingnya kekuatan otot lengan dan kelentukan otot pinggang pada atlet pencak silat.
- b) Bagi perguruan PAMUR Tangerang, penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan untuk meningkatkan kualitas latihan
- c) Bagi atlet pencak silat, penelitian ini dapat membantu meningkatkan kemampuan teknik jatuhan dengan tangkapan dalam.
- d) Menambah wawasan bagi mahasiswa FIO khususnya, guna meningkatkan pengetahuan tentang hubungan kekuatan otot lengan dan kelentukan otot pinggang dengan kemampuan teknik jatuhan dengan tangkapan dalam.