

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pencak silat merupakan cabang olahraga beladiri bangsa Indonesia yang dikenal sejak jaman nenek moyang. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman. Maksud dan tujuan pelajaran bela diri kepada peserta didik yaitu, agar peserta didik mengenal olahraga beladiri dan mampu membela dirinya apabila mendapat gangguan yang membahayakan dirinya. Dalam latihan cabang olahraga bela diri pencak silat diajarkan macam-macam teknik dasar pencak silat, yaitu: Teknik yang perlu dikembangkan dalam pencak silat meliputi: langkah dan pola langkah, sikap pasang dan pengembangan, teknik belaan, teknik serangan, teknik jatuhan dan, teknik kunci.

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, cengkaman, gentusan, sikuan dan dobrakan. Sedangkan jenis tendangan pencak silat yaitu: tendangan lurus, tendangan samping, tendangan sabit, tendangan berputar serta sapuan. (Iubis & Wardoyo, 2014)

Perkembangan pencak silat saat ini dapat dibuktikan dengan banyaknya kejuaraan, mulai dari SD, SMP, SMA, dan Perguruan Tinggi. Dari tingkat daerah, Nasional hingga Internasional seperti KOSN, POPROV, POMPROV, POPNAS, POMNAS, PORDA, PON, SEA Games, ASIAN Games, dan lain sebagainya.

Semakin berkembang nya olahraga beladiri pencak silat di indonesia dari banyak nya sekolah yang membuka ekstrakurikuler pencak silat dan juga di jadikan nya pencak silat sebagai salah satu kurikulum dalam pelajaran pendidikan jasmani dan rekreasi, salah satu nya di lihat dari beberapa sekolah SMP di Jakarta. Kurang nya variasi dalam latihan pencak silat khususnya dalam materi tendangan samping banyak siswa yang jenuh akan variasi latihan yang monoton, kemudia mengakibatkan siswa yang mengikuti latihan pencak silat merasa jenuh akan latihan yang kurang bervariasi.

Permasalahan yang terjadi pada siswa ekstrakurikuler pencak di beberapa sekolah di Jakarta harus dicarikan solusi yang tepat. Latihan tendangan samping yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama ternyata kurang menarik perhatian anak. Pada umumnya anak akan lebih senang melakukan tendangan samping apabila ada target atau sasaran yang harus dikenai pada rintangan yang harus dilewati sehingga anak akan menjadi lebih semangat. Upaya meningkatkan perhatian dan memenuhi hasrat gerak anak, maka dalam latihan tendangan samping pencak silat pada siswa ekstrakurikuler di beberapa sekolah SMP yang ada di Jakarta dibutuhkan model pembelajaran tendangan samping. Dengan menggunakan alat bantu media belajar, pengajaran dapat menjadi lebih konkrit dan menarik sehingga mudah untuk dimengerti dan dipahami anak didik.

Media merupakan salah satu hal yang berperan penting untuk mendukung pencapaian tujuan latihan. Melalui media yang digunakan dalam materi latihan lebih konkrit dan mudah dipahami siswa serta lebih menarik. Melalui model pembelajaran tendangan samping pencak silat berbasis media belajar. diharapkan siswa lebih senang, lebih fokus dan tertantang untuk melakukan tendangan samping yang cepat dan akurat.

B. Fokus penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang ini memfokuskan bentuk model pembelajaran tendangan samping berbasis media belajar. Penelitian ini berupaya mengembangkan teknik tendangan samping pada siswa SMP, sehingga dapat menarik minat siswa dalam proses latihan tendangan samping pada saat mengikuti ekstrakurikuler pencak silat.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana model pembelajaran tendangan samping pencak silat berbasis media belajar pada siswa SMP?

D. Kegunaan hasil penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dilihat berdasarkan rumusan permasalahan diatas maka manfaat dapat dirincikan sebagai berikut :

1) Manfaat Teoritis

- a) Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya penelitian yang telah ada di bidang olahraga. khususnya cabang olahraga beladiri Pencak silat sebagai penambah wawasan dalam khasanah ilmu pendidikan jasmani.
- b) Sebagai ilmu pengetahuan baru bagi pendidik serta pelatih tentang model latihan *plyometric* pada tendangan samping pencak silat berbasis media belajar yang lebih efektif dan efisien.

- c) Bagi peneliti hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan diri dalam mempersiapkan profesi menjadi seorang pendidik.

2) Manfaat Praktis:

- a) Dapat meningkatkan kualitas tendangan samping pada siswa/siswi ekstrakurikuler pencak silat.
- b) Dapat menumbuhkan semangat anak untuk melakukan latihan tendangan samping pencak silat.
- c) Dapat menjadi rekomendasi untuk guru atau pelatih sebagai contoh model latihan tendangan samping berbasis media belajar.

