

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 merupakan seni bela diri yang berakar dari bangsa melayu sebagai ilmu membela diri. Lebih terinci, dengan etnis Melayu biasanya disebut penduduk yang terhampar di kepulauan yang meliputi Indonesia, Malaysia, Singapura, Brunei Darussalam, Filipina, dan beberapa kepulauan kecil yang berdekatan di kepulauan tersebut. Nenek moyang kita telah mempunyai peradaban yang tinggi, sehingga dapat berkembang menjadi rumpun bangsa yang maju. Daerah-daerah dan pulau-pulau yang dihuni berkembang menjadi masyarakat dengan tata pemerintahan dan kehidupan yang teratur. Tata pembelaan diri di 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.

Pencak silat pada zaman dahulu digunakan untuk mempertahankan diri dari serangan musuh atau pun berburu guna mendapatkan makanan yang kemudian berkembang pada masa penjajahan, dimana pencak silat dilarang dan dibatasi perkembangannya oleh pemerintah Belanda. Karena dianggap akan menimbulkan pemberontakan, sedangkan dalam pemerintahan

Jepang diperbolehkan berkembang karena pemerintahan Jepang mempunyai kepentingan atas pencak silat yaitu untuk membantu Jepang melawan sekutu dan yang lainnya.

Para ahli pembelaan diri dan pendekar mendapat tempat yang tinggi dimasyarakat. Begitu pula para empuk yang membuat senjata pribadi yang ampuh seperti keris, tombak dan senjata khusus. Pasukan yang kuat di zaman Kerajaan Sriwijaya dan Majapahit serta kerajaan lainnya pada masa itu terdiri dari prajurit-prajurit yang mempunyai keterampilan pembelaan diri individual yang tinggi. Pemupukan jiwa keprajuritan dan kesatriaian selalu diberikan untuk mencapai keunggulan dalam ilmu pembelaan diri. Untuk menjadi prajurit atau pendekar diperlukan syarat-syarat dan latihan yang mendalam di bawah bimbingan seorang guru. Pada masa perkembangan agama Islam ilmu pembelaan diri dipupuk bersama ajaran kerohanian. Sehingga basis-basis agama Islam terkenal dengan ketinggian ilmu bela dirinya. Jelaslah, bahwa sejak zaman sebelum penjajahan Belanda kita telah mempunyai sistem pembelaan diri yang sesuai dengan sifat dan pembawaan bangsa Indonesia.

Pencak silat sebagai olahraga umum, walaupun unsur-unsur serta aspek-aspeknya yang terdapat dalam Pencak Silat tidak dapat dipisahkan, tetapi pembinaan pada jalur-jalur masing-masing dapat dilakukan. Ditinjau dari segi olahraga kiranya Pencak Silat mempunyai unsur yang dalam batasan tertentu sesuai dengan tujuan gerak dan usaha dapat

memenuhi fungsi jasmani dan rohani. Gerakan Pencak Silat dapat dilakukan oleh laki-laki atau wanita, anak-anak maupun orang tua atau dewasa, secara perorangan atau kelompok.

Pengembangan Pencak Silat sebagai olahraga & pertandingan (*Championship*) telah dirintis sejak tahun 1969, dengan melalui percobaan-percobaan pertandingan di daerah-daerah dan di tingkat pusat. Pada PON VIII tahun 1973 di Jakarta telah dipertandingkan untuk pertama kalinya yang sekaligus merupakan Kejuaraan Tingkat Nasional yang pertama pula. Masalah yang harus dihadapi adalah banyaknya aliran serta adanya unsur-unsur yang bukan olahraga yang sudah begitu meresapnya di kalangan Pencak Silat. Dengan kesadaran para pendekar dan pembina Pencak Silat serta usaha yang terus menerus maka sekarang ini program pertandingan olahraga merupakan bagian yang penting dalam pembinaan Pencak Silat pada umumnya. Sementara ini Pencak Silat telah disebarluaskan di negara-negara Belanda, Belgia, Luxemburg, Perancis, Inggris, Denmark, Jerman Barat, Suriname, Amerika Serikat, Australia, Selandia Baru.

Namun dalam pencak silat, seorang pesilat diharapkan tidak hanya menguasai beladiri, seni dan olahraganya saja melainkan ketiga unsur tersebut harus di dasari oleh mental spiritual yang baik, dan ada dua aspek yang mempengaruhi dalam olahraga beladiri ini yaitu aspek mental dan fisik. Dua aspek tersebut merupakan syarat utama agar pesilat dapat berprestasi maksimal, dan diantara keduanya, aspek fisik lah yang paling mendukung

karena dengan fisik yang bagus seorang pesilat dapat lebih percaya diri dalam menghadapi event pertandingan. Untuk membentuk fisik yang baik bagi para pesilat maka diperlukan suatu proses latihan.

Selain itu pelatih juga harus menguasai berbagai teknik, baik itu teknik dasar maupun teknik lanjutan. Adapun tehnik dalam pencak silat yaitu : (1) kuda-kuda; (2) sikap pasang; (3) langkah; (4) teknik belaan; (5) teknik serangan; (6) Redaman; (7) teknik jatuhan; (8) teknik tangkapan; (9) teknik bantingan; (10) teknik pertahanan terhadap bantingan. Teknik-teknik diatas memiliki berbagai tingkat kesulitan yang berbeda-beda dan dapat di rangkai menjadi tehnik lanjutan. Teknik lanjutan pun bervariasi sebagai contoh yang biasa dipergunakan pada saat pertandingan dan mempunyai poin tinggi yaitu tehnik egos sabit. Egos sabit merupakan teknik bertahan terhadap serangan lawan yang menghasilkan point dengan cara menunggu lawan menyerang lalu dengan cepat melakukan egos kemudian dikeluarkannya tendangan sabit sebelum lawan dengan sempurna mengeluarkan tendangannya, egos sabit itu sendiri merupakan hindaran egos yang kemudian di ikuti dengan serangan tendangan sabit.¹

Pertandingan pencak silat dengan *event* pertandingan yang sudah besar, teknik seperti egos sabit tersebut tidak jarang digunakan oleh atlet untuk memperoleh poin, atlet yang mempunyai teknik dasar dan

¹ R.Kotot Slamet Hariyadi, Teknik Dasar Pencak Silat Tanding, (Jakarta: Dian Rakyat, September 2003), hlm. 30

kemampuan keterampilan gerak egos sabit dengan benar, cepat dan pergerakan yang tepat, maka akan secara mudah untuk mendapatkan poin. Namun berdasarkan pengamatan dilapangan para siswa sekolah menengah pertama masih memiliki tingkat kesulitan untuk melakukan teknik egos sabit dengan benar, rata-rata siswa melakukan kesalahan dalam hindaran yang kurang tepat, pergantian kaki yang kurang baik, posisi badan yang tidak seimbang dan tidak menggunakan kecepatan sehingga egos sabit yang dilakukakan tidak sesuai dengan yang diajarkan.

Atas dasar tersebut peneliti ingin memecahkan masalah yang ada. Mengingat betapa pentingnya teknik dasar sebagai penunjang teknik-teknik lainnya. Masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ini adalah bagaimana upaya meningkatkan keterampilan egos sabit. Peneliti akan menggunakan metode latihan bagian perbagian. Dengan metode latihan bagian perbagian akan lebih mudah di serap dan di ikuti oleh atlet khususnya pra remaja.

Deskripsi diatas menjadi alasan bagi penulis untuk melakukan penelitian terhadap peningkatan keterampilan dasar egos sabit menggunakan metode bagian perbagian di klub Perguruan Pencak Silat (PPS) Satria Muda Indonesia (SMI) unit SMP Barunawati II.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, peneliti memfokuskan penelitian pada peningkatan keterampilan dasar teknik egos sabit menggunakan metode bagian-perbagian. Peneliti ingin berupaya meningkatkan keterampilan teknik dasar menghindar egos sabit pada atlet Pencak Silat PPS SMI SMP Barunawati II. Peneliti akan menggunakan metode latihan bagian perbagian untuk meningkatkan keterampilan tehnik egos sabit.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka masalah dapat dirumuskan sebagai : “Apakah metode bagian perbagian dapat meningkatkan keterampilan egos sabit pada klub PPS SMI unit latihan SMP Barunawati II?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Memberikan suatu sumbangan pengetahuan dan pikiran yang sekaligus dapat dijadikan pedoman bagi pembinaan atlet Pencak Silat Indonesia khususnya pada klub PPS SMI unit latihan SMP Barunawati II untuk meraih prestasi tertingginya.

2. Untuk mengetahui cara menghadapi serangan lawan dengan menggunakan egos sabit.
3. Untuk mengetahui metode yang dipakai dalam melatih teknik menghindar egos sabit dengan pendekatan kecepatan dengan metode latihan bagian perbagian.
4. Membantu upaya memajukan prestasi atlet Pencak Silat Indonesia khususnya PPS Satria Muda Indonesia Unit Latihan SMP Barunawati II Tanjung Priok Jakarta Utara.
5. Dapat dijadikan sebagai masukan para pelatih para pelatih dalam menghadapi atlet pada saat kejuaraan sehingga dapat menunjang prestasi atlet.
6. Memberikan pengetahuan untuk mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.