

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pencak Silat atau Silat ialah berkelahi dengan menggunakan teknik pertahanan diri. Pencak silat merupakan bagian dari kebudayaan bangsa Indonesia yang berkembang sejalan dengan sejarah masyarakat Indonesia. Perkembangan olahraga khususnya Pencak Silat di Indonesia dewasa ini semakin maju, perkembangan tersebut dapat dilihat dari banyaknya olahraga Pencak Silat yang ada di sekolah-sekolah, baik di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas maupun di perguruan tinggi. Bahkan olahraga pencak silat pun di beberapa sekolah sudah dimasukkan ke dalam kurikulum sekolah. 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.

Pencak Silat yang selama ini seakan-akan hanya menjadi warisan budaya bangsa, sekarang sudah menjadi olahraga yang digemari banyak orang. Adanya olahraga Pencak Silat di sekolah-sekolah merupakan suatu hal yang sangat positif, banyak manfaat yang bisa didapat oleh

siswa-siswi yang mengikutinya. Selain fungsi utamanya untuk membela diri, olahraga ini juga dapat menjadikan tubuh sehat dan bugar, olahraga Pencak Silat pun dapat dijadikan ajang mencari prestasi karena pencak silat merupakan salah satu cabang olahraga prestasi di Indonesia yang sudah memiliki prestasi ditingkat internasional.

Adanya olahraga pencak silat di sekolah-sekolah membantu dalam pembinaan pembibitan atlet Pencak Silat di Indonesia. Di Sekolah Dasar misalnya dari usia dini sudah mulai diperkenalkan bela diri, para siswa diajarkan berbagai macam teknik dasar Pencak Silat. Teknik dasar adalah 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 kekekalan kesalahan.

Teknik dasar memiliki tingkat kesulitan yang berbeda-beda terutama untuk pada kalangan pelajar. Pada siswa Sekolah sekolah banyak ditemui kendala dalam melakukan teknik dasar. Kendala yang banyak ditemui adalah pada teknik dasar serangan kaki, yaitu tendangan. Teknik tendangan pun bervariasi sebagai contoh tendangan dasar umum yang biasa dipergunakan dalam pertandingan yaitu tendangan Lurus, tendangan Sabit, dan tendangan T/samping. Dari banyaknya variasi

teknik tendangan tersebut teknik tendangan lurus yang paling mudah namun karena banyak yang menganggap mudah banyak yang mengabaikan latihan tendangan ini.. Berdasarkan pengamatan di lapangan para siswa mengabaikan teknik tendangan lurus untuk melakukan teknik dengan benar, rata-rata siswa melakukan kesalahan dalam mengangkat lutut dan membentuk tendangan yang benar, sehingga tendangan yang dihasilkan tidak sesuai dengan teknik yang diajarkan. Untuk itu diperlukan media alat bantu untuk meningkatkan keterampilan teknik tendangan lurus dengan benar.

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 tendangan Lurus. Peneliti akan menggunakan media alat bantu berupa pipa. pipa yang akan digunakan sebagai media alat bantu adalah berupa paralon yang lentur. Pipa paralon tersebut dibuat sehingga menyerupai gawang kecil. Tinggi pipa tersebut adalah 70 cm, sedangkan jarak antara pipa dan siswa ditentukan oleh peneliti yaitu satu langkah jarak antara siswa dengan pipa, karena jarak tersebut yang menentukan tinggi atau rendah angkatan kaki dan kebenaran teknik keterampilan tendangan lurus. Setelah itu barulah latihan dengan menggunakan media alat bantu pipa dapat dilaksanakan.

Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti upaya meningkatkan keterampilan tendangan lurus. Peneliti ingin meneliti upaya meningkatkan keterampilan tendangan lurus melalui media alat bantu pipa. Hal ini menjadi objek penelitian, peneliti mengingat aplikasinya di lapangan yang sebenarnya untuk peningkatan kualitas keterampilan tendangan lurus tersebut. Maka atas dasar itu, hal ini dijadikan bahan penelitian dan hubungan dengan hal tersebut peneliti bermaksud meneliti upaya meningkatkan keterampilan tendangan lurus melalui media alat bantu pipa. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan atau *action research*, yang mana penelitian yang dilaksanakannya terdiri dari perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Dengan tujuan agar adanya peningkatan pemahaman dan praktek pada siswa serta memberikan pendekatan latihan yang efektif juga sekaligus memberikan informasi kepada pelatih lain tentang latihan melalui media alat bantu pipa khususnya peningkatan keterampilan tendangan Lurus pada siswa Pencak Silat Perguruan Setia Hati Terate di SMK Al Hikmah Curug Tangerang.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, peneliti memfokuskan penelitian pada teknik dasar tendangan Lurus. Peneliti ingin berupaya meningkatkan keterampilan tendangan Lurus pada siswa

Pencak Silat Perguruan Persaudaraan Setia hati Terate SMK Al Hikmah Curug Tangerang. Peneliti akan menggunakan media alat bantu berupa pipa untuk meningkatkan keterampilan tendangan Lurus.

C. Perumusan Masalah

Untuk menghindari penelitian ini agar tidak meluas maka dapat dirumuskan masalah yang menjadi dasar penelitian sebagai berikut :
Apakah media alat bantu pipa dapat meningkatkan keterampilan tendangan Lurus pada siswa Pencak Silat Perguruan Persaudaraan Setia Hati Terate di SMK Al Hikmah Curug Tangerang?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Meningkatkan keterampilan kemampuan teknik dasar khususnya tendangan lurus siswa-siswi.
2. Memberikan pandangan kepada pelatih dalam penggunaan alat bantu latihan.
3. Sebagai sumber informasi cabang olahraga Pencak Silat di sekolah-sekolah maupun di perguruan tinggi dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar tendangan lurus dengan menggunakan alat bantu latihan.