

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pembelajaran secara keseluruhan. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan berbagai macam cabang olahraga, salah satunya cabang olahraga beladiri pencak silat.

Pencak silat merupakan cabang olahraga beladiri bangsa Indonesia yang dikenal sejak jaman nenek moyang. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman. Maksud dan tujuan pelajaran beladiri kepada peserta didik yaitu, agar peserta didik mengenal olahraga beladiri dan mampu membela dirinya apabila mendapat gangguan yang membahayakan dirinya.

Dalam pembelajaran cabang olahraga beladiri pencak silat diajarkan macam-macam teknik dasar pencak silat. Johansyah menyatakan: Teknik yang perlu dikembangkan dalam pencak silat meliputi: (1) langkah dan

pola langkah, (2) sikap pasang dan pengembangan, (3) teknik belaan, (4) teknik serangan, (5) teknik jatuhan dan, (6) teknik kunciian.¹

Berdasarkan jenisnya serangan dalam pencak silat dibedakan menjadi dua yaitu, pukulan dan tendangan. Jenis pukulan pencak silat yaitu: pukulan depan, pukulan samping, pukulan sangkul, pukulan lingkaran, tebasan, tebaran, sangga, tamparan, kepret, tusukan, totokan, patukan, cengkaman, gentusan, sikuan dan dobrakan. Sedangkan jenis tendangan pencak silat yaitu: tendangan depan, tendangan samping, tendangan sabit, tendangan berputar serta sapuan.

Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran pencak silat di SMAN 107 Jakarta Timur dilaksanakan secara konvensional. Guru menjelaskan teknik tendangan sabit pencak silat, memberikan contoh tendangan sabit dan selanjutnya memberi aba-aba siswa untuk melakukan tendangan sabit yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama. Dari pembelajaran yang dilakukan secara konvensional ternyata sebagian besar siswa kurang senang, siswa merasa jenuh dan bosan, siswa justru bercanda dan saling mengejek dengan siswa lainnya. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai, siswa kurang menguasai teknik tendangan sabit sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas.

¹ Johansyah lubis, *Pencak Silat panduan praktis* (Jakarta, PT, Raja Grafindo Persada 2004)

Permasalahan yang terjadi harus dicarikan solusi yang tepat. Pembelajaran tendangan sabit yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama ternyata kurang menarik perhatian siswa. Pada umumnya siswa akan lebih senang melakukan tendangan sabit apabila ada target atau sasaran yang harus dikenai, sehingga akan menjadi lebih semangat. Upaya meningkatkan perhatian dan memenuhi hasrat gerak siswa, maka dalam pembelajaran tendangan sabit pencak silat dibutuhkan alat bantu yang tepat. Dengan menggunakan media bantu mengajar atau alat bantu pengajaran dapat menjadi lebih konkrit dan menarik, sehingga mudah untuk dimengerti dan dipahami anak didik.

Alat bantu merupakan salah satu media dalam pembelajaran yang sangat berperan penting untuk mendukung pencapaian tujuan pembelajaran. Melalui alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran materi pembelajaran lebih konkrit dan mudah dipahami siswa serta lebih menarik. Alat bantu yang dapat digunakan untuk membantu pembelajaran tendangan sabit pencak silat antara lain: bangku dan bantalan atau alat bantu lainnya.

Alat bantu dalam pembelajaran tendangan sabit pencak silat dengan bangku atau kursi yang diletakkan didepan peserta didik lalu siswa melakukan tendangan sabit berulang ulang. Melalui media alat bantu dalam pembelajaran tendangan sabit pencak silat diharapkan siswa lebih

senang lebih fokus dan tertantang untuk melakukan tendangan sabit yang cepat dan akurat. Pembelajaran tendangan sabit yang menarik perhatian siswa, siswa lebih senang, mau melakukan tendangan sabit secara berulang-ulang dan diharapkan akan meningkatkan kemampuan tendangan sabit pencak silat.

Pencak silat pada dasarnya merupakan pembelaan diri dari insan Indonesia untuk menghindari diri dari segala malapetaka. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, pencak silat merupakan hasil budaya manusia Indonesia yang mempunyai tujuan untuk membela dan mempertahankan diri dari segala marabahaya untuk mencapai keselarasan dan keselamatan hidup dan meningkatkan rasa taqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Bagaimanakah proses pembelajaran *Tendangan sabit* pada pencak silat siswa kelas X SMAN 107 Jakarta Timur ?
2. Faktor apa saja yang menentukan hasil belajar *Tendangan sabit* pada pencak silat siswa kelas X SMAN 107 Jakarta Timur ?
3. Bagaimanakah motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran *Tendangan sabit* pada pencak silat melalui penggunaan media bantu

atau alat bantu pembelajaran siswa Kelas X SMAN 107 Jakarta Timur ?

4. Apakah melalui media bantu bangku atau kursi sekolah dapat meningkatkan hasil belajar tendangan sabit pencak silat pada siswa kelas X SMAN 107 Jakarta Timur ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, Agar penelitian tidak terlalu meluas, maka peneliti membatasi permasalahan yang ada, yaitu:

Meningkatkan hasil belajar *tendangan sabit* dalam pencak silat melalui penggunaan media bangku pada siswa kelas X SMAN 107 Jakarta Timur.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka diharapkan peneliti dapat merumuskan: Apakah melalui media alat bantu bangku dapat meningkatkan hasil belajar tendangan sabit pencak silat pada siswa kelas X SMAN 107 Jakarta Timur?

E. Manfaat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengalaman pada siswa untuk proses pembelajaran tendangan sabit pencak silat dalam psikomotorik. Dan menjadi bahan masukan pemikiran bagi guru Pendidikan Jasmani dalam menggunakan media yang efektif juga memberikan alat bantu bangku untuk mengajar pendidikan jasmani khususnya *tendangan sabit* dalam olahraga Pencak Silat pada siswa kelas X SMAN 107 Jakarta Timur.