

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pencak silat merupakan seni budaya asli dari bangsa Indonesia yang dewasa ini telah berkembang menjadi salah satu pertandingan olahraga prestasi di mancanegara. Perkembangan olahraga pencak silat kini di manca negara telah mengalami peningkatan yang pesat dan lebih antusias berbanding terbalik dengan antusiasnya pada negara asalnya, dikarenakan akibat banyaknya kejuaraan yang diselenggarakan secara *single event* dan *multi event* yang berlangsung diberbagai benua khususnya Eropa. alasannya unik karena pencak silat menjadi beladiri yang memiliki keunikan tersendiri dan menarik perhatian masyarakat dunia, karena lebih terbilang kompleks pada karakter beladirinya dengan beladiri lainnya.

Pencak silat sebagai cabang olahraga prestasi di Indonesia yang telah disertakan dipertandingkan dari PON VII sampai PON XVIII dalam kejuaraan regional asalnya Indonesia. Pencak silat juga dipertandingkan pada pesta olahraga se-Asia Tenggara (SEA GAMES) ke XIV tahun 1987 sampai SEA GAMES XXVIII di Singapura pada tahun 2015 lalu. dengan kata lain pencak silat merupakan olahraga prestasi yang sedang dalam fase perkembangan. Berdasarkan keadaan yang terjadi pembinaan prestasi suatu cabang

olahraga memerlukan bentuk strategi pembinaan ke arah suatu tujuan terhadap arah prestasi, juga halnya pembinaan pada cabang olahraga pencak silat semestinya dilaksanakan melalui metode atau program beladiri pencak silat dengan disusun oleh para ahli pencak silat sebagai landasannya dengan berdasarkan disiplin ilmu-ilmu olahraga oleh para praktisi olahraga. dengan adanya perkembangan cabang olahraga seharusnya menjadi jaminan dan hasil sebagai tolak ukur cabang olahraga tersebut telah maju dan berkembang, dengan telah berkembangnya pencak silat ini memerlukan suatu peningkatan ke arah dan tujuan berdasarkan ruang lingkup prestasi atau tujuan pada lingkup pendidikan secara pembelajarannya, tentu saja dengan melalui metode pembelajaran sampai tahap latihan harus memiliki sebuah standarisasi yang kompeten pada suatu kebutuhan pada cabang olahraga tersebut, yang secara tidak langsung akan menunjang perkembangan olahraga pencak silat itu sendiri.

Pencak silat selain wujud dari tujuan peningkatan derajat kesehatan pada sisi lainnya juga tertuju kepada minat dan peningkatan prestasi berdasarkan kebutuhan individu dalam suatu tujuan berolahraga, dan wujud sebagai kebutuhan beladiri atau *self defence* sebagai ranah beladiri pencak silat, serta keseluruhan dengan kebutuhan dalam olahraga prestasi ataupun tidak.

Pencak silat kini dalam perkembangannya telah dimodifikasi berkelanjutan dengan metode-metode penerapan latihannya dengan tata cara melatihnya melalui segi latihan atau pengenalan pembelajaran pencak silat itu sendiri, contohnya sebagai ciri khas serta keragaman gerak yang ada pada perguruan-perguruan pencak silat di Indonesia, dengan perbedaan pandangan masing-masingnya namun tetap bertujuan kepada keberlangsungan perkembangan pencak silat melalui semua aspek-aspeknya. pada penyebarannya pencak silat memang harus memiliki strategi pengenalan yang berkesinambungan antara berbagai pihak sebagai wujud perkembangan suatu budaya dan olahraga.

Pencak silat dalam ruang lingkup sekolah dalam kurikulum pendidikan olahraga harus diperkenalkan juga berupa sejarah serta pengetahuan umum tentang pencak silat sebagai Informasi olahraga asli bangsa Indonesia, bahwa silat adalah cabang olahraga yang dewasa ini telah dipertandingkan setaraf Internasional, bukan beladiri dengan taraf perkembangan yang berskala lokal atau tradisional. Tujuannya adalah agar pencak silat itu sendiri tidak terkesan kuno atau hanya berhubungan dengan sifat mistik, dan harus selevel dengan beladiri yang lebih dikenal dalam kalangan umum, melalui cara diperkenalkan secara olahraga yang memoderenisasi melalui model pembelajaran dan latihan.

Pada pembelajaran cabang olahraga beladiri pencak silat diajarkan macam-macam teknik dasar pencak silat secara umum. Johansyah menyatakan: Teknik yang perlu dikembangkan dalam pencak silat meliputi: (1) langkah dan pola langkah, (2) sikap pasang dan pengembangan, (3) teknik bela, (4) teknik serangan, (5) teknik jatuhnya, dan, (6) teknik kunci<sup>1</sup>. 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, tebasan, 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 pada teknik serangannya, untuk memahami pembelajaran teknik latihan pencak silat.

Dalam pengamatan dari pelaksanaan pembelajaran dalam latihan Ekstrakurikuler pencak silat di SMP Negeri 3 Babelan dilaksanakan secara konvensional. Pelatih menjelaskan teknik-teknik pencak silat dalam model melatihnya secara konvensional pada tingkat kemampuan dasarnya, ternyata terdapat sebuah permasalahan dalam salah tingkat penguasaan teknik tendangan sabit pencak silat. dalam metodenya seorang pelatih memberikan contoh tendangan sabit dan selanjutnya memberi aba-aba siswa untuk

---

<sup>1</sup> Johansyah Lubis, Pencak Silat Panduan Praktis. (Jakarta, PT Raja Grafindo Persada, 2004)

melakukan tendangan sabit pada taraf dasar sebagai tujuan siswa mampu melakukan teknik tersebut, namun kelangsungan ini tidak terjadi menyeluruh kepada pemahaman siswa terhadap penguasaan keterampilan menendang sabit yang seharusnya dapat dikuasai dengan baik.

Keterampilan teknik pencak silat memiliki tingkatan pembelajaran serta dasar awal untuk dapat dikuasai dengan baik dan benar, dalam menguasai teknik maka perlu adanya sebuah jenjang pembelajaran terlebih dahulu pada tahapan tingkat dasar yang baik. Berdasarkan kajian latihan dalam sebuah spesifikasi dalam latihan mengandung arti, bahwa dalam setiap latihan harus memiliki ke-khasan dalam latihan tersebut, berdasarkan cabang, nomor, kategori juga peranan latihan. Hendaknya setiap program atau saja metode latihan serta pemberian materi yang diberikan harus dirancang khusus dengan berdasarkan:

- Cabang olahraga (Permainan, Beladiri dll)
- Peran Olahraga (Penjaga gawang, smasher, pitcher dll)
- Sistem Energi (Anaerob, aerobik)
- Pola gerak (close skill- open skill, siklis-asiklis)
- Keterlibatan Otot (otot pada organ apa saja)
- Biomotor (Kekuatan, kecepatan, daya tahan, akurasi, kelincahan dan lain-lain)<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> KEMENPORA, Pelatihan Pelatih Fisik Level I, (Jakarta : Kamentrian Pemuda dan Olahraga, 2007) , h. 11

Berdasarkan teori tersebut untuk memberikan materi-materi teknik atau cara pembelajaran teknik didalam latihannya, tentu saja harus memberikan keterlibatan unsur-unsur pada latihan itu. dalam ciri khasnya di masing-masingnya secara tekniknya atau juga pola gerak keterampilan yang mendasari sebagai segala perlakuan yang dilakukan, sehingga pembelajaran teknik pencak silat memiliki acuan yang lebih lanjut ketika terdapat sebuah masalah dalam mempelajari teknik-teknik beladiri pencak silat. disisi lain meminimalkan tingkat permasalahan yang akan terjadi termasuk cedera pada karakter hampir semua beladiri. pada kriteria teknik dasar didalam latihan memiliki perbedaan keadaannya dengan berdasarkan kesulitan tekniknya, mungkin saja akan lebih rumit tentu harus diperlukan tingkatan pemahan yang baik dengan berdasarkan arah dan tujuan, pada tahapan ini memberikan pemahaman siswa agar tahu dalam langkah-langkah menguasainya kepada kemahiran dalam menguasainya.

Melalui media alat bantu latihan teknik tendangan sabit pencak silat, diharapkan siswa lebih senang lebih fokus dan tertantang untuk melakukan tendangan sabit dengan benar sebagai cara tujuan keterlibatan membantu belajar menguasai teknik menendang dan diharapkan akan ada keefektifan terhadap kemampuan menendang sabit yang baik dengan adanya evaluasi disetiap latihan yang diberikan.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan ialah, pencak silat merupakan hasil budaya bangsa Indonesia yang setiap perkembangannya adanya sebuah metode latihan dari setiap masalah yang hadir agar ditemukan permasalahan sebenarnya, tujuan pada akhirnya adalah mengetahui setiap keadaan perkembangan belajar peserta didik pada cabang olahraga pencak silat terhadap ranah ekstrakurikuler prestasi, ataupun non prestasi di sekolah.

Berdasarkan penelitian yang akan dilakukan bertujuan kepada peningkatan keterampilan tendangan sabit yang diharapkan memberikan tujuan dengan metode latihan kepada pelatih/guru sebagai arahan tujuan atau alternatif pada proses latihan dengan melibatkan penggunaan media alat untuk sebuah proses latihannya, yang bertujuan memperbaiki permasalahan yang ada, yang tertuju pada ke efektifannya teknik juga tidak pemberian materi dasar dan lanjutan yang terkesan lebih monoton atau klasikal. dengan kata lain tidak memberikan unsur-unsur lebih mungkin juga salah didalam latihan, karena tentu saja dalam proses latihan akan terjadi berbagai hal yang akan menjadi penentu hasil yang akan dicapai nantinya.

Berdasarkan keadaan yang tepat peneliti dan kolabor mencoba merumuskan media yang akan didiskusikan semoga tepat diberikan sehingga berlangsung perbaikan-perbaikan terhadap minat siswa pada penguasaan teknik keterampilan tendangan sabit. peneliti dan kolabor mendiskusikan

dengan memberikan sebuah acuan melalui metode berupa sasaran yang menjadi media atau alat dalam latihan tendangan sabit. ternyata telah didiskusikan bahwa penggunaan media alat bantu berupa sasaran serang yang paling mendekati dengan kegiatan menendang, dengan sesuatu yang tertuju kepada aktivitas sasaran perkenaan menendang.

## **B. Identifikasi Masalah**

Pencak silat adalah sebuah olahraga yang memiliki berbagai macam teknik gerak yang meliputi serangan tangan dan serangan kaki. Berdasarkan jenis tendangan serta karakternya ialah tendangan sabit (melingkar), tendangan lurus (depan), tendangan T (samping) serta pengembangan teknik modifikasi teknik tendangan lainnya berdasarkan kebutuhannya. pada pembahasan masalah ini dapat dikaji sebuah teknik tendangan yang diharapkan semua teknik tendangan dikuasai dengan baik oleh seluruh siswa, fokus permasalahan adalah pada penguasaan teknik tendangan sabit.

Tendangan sabit telah menjadi sebuah teknik yang lebih mudah untuk dipahami bentuk tekniknya, namun tingkat penggunaannya teknik lanjutannya lebih mudah di atasi oleh teknik tangan pada teknik tangkapan atau disebut membanting/bantingan, karena apabila teknik tendangan sabit yang mudah ditangkap lalu dijatuhkan karena kurangnya pemberian cara menendang yang baik dan benar terhadap otomatisasi gerak yang benar berdasarkan alasan dikarenakan setiap siswa memiliki tingkat pada daya tangkap motorik



yang berbeda-beda berdasarkan motivasi serta kondisi keadaan siswa, tentu juga dengan kecendrungan sifat bosan atau kurang variatif pada pemberian suatu metode, juga materi pada pembelajaran keterampilan teknik tendangan yang dikhususkan pada tendangan sabit pencak silat.

Peneliti mencoba memberikan acuan metode pembelajaran teknik pencak silat dengan pemberian sebuah metode media alat bantu pada latihan. Pemberian metode alat yang digunakan berupa bola yang digantung, sebagai fungsinya alat tersebut akan dijadikan sasaran menendang yang menggantung sebagai sasaran juga penggunaan pada proses menendang sabit sebagai sasaran perkenaanya, bertujuan memperbaiki keterampilan belajar tendangan sabit kepada sisiwa- siswi Ekstrakurikuler pencak silat SMP Negeri 3 Babelan Kab.Bekasi Perguruan KPS Nusantara dengan keterlibatan peneliti dan kolabor pada proses penelitian yang akan berlangsung.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, Identifikasi dari masalahnya pada upaya peningkatkan hasil keterampilan tendangan sabit melalui penggunaan media alat bantu sebagai sarana media pembelajaran tekniknya, yang bertujuan untuk memperbaiki sekaligus metode variasi keterampilan belajar tendangan sabit pencak silat, berdasarkan tujuan perbaikan-perbaikan kesalahan menendang. dengan memberikan metode penggunaan alat bantu

media latihan sebagai metode perbaikan keterampilan mendendangnya. apakah akan terjadi suatu peningkatan keterampilan tendangan sabit yang akan dikuasai dengan baik dan benar oleh siswa-siswi sebagai sarana metode perbaikan keterampilannya.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang terjadi serta ditinjau dari keadaanya terhadap penanganan masalah yang terjadi dirumuskan sebagai berikut :

“Apakah melalui penggunaan alat bantu bola gantung dapat meningkatkan keterampilan tendangan sabit pada siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 3 babelan Perguran KPS Nusantara?”

#### **E. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

##### **a. Bagi Peneliti**

1. Sebagai metode variasi belajar teknik terhadap hasil latihan dalam ruang lingkup pendidikan prestasi.
2. Menambah wawasan peneliti tentang pengembangan ilmu keolahragaan.
3. Dapat meningkatkan kualitas terhadap hasil latihan.
4. Memberikan evaluasi serta perbaikan teknik didalam proses latihan.
5. Dapat meningkatkan pemberian cara memotivasi atlet.

b. Bagi Siswa atau atlit KPS Nusantara SMP Negeri 3 Bebelan Kab.Bekasi:

1. Dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar dalam latihan pencak silat.
2. Dapat meningkatkan metode pembelajaran pada latihan dan prestasi siswa.
3. Dapat meningkatkan hasil latihan tendangan sabit pencak silat khususnya.

c. Bagi Sekolah

Dapat memberikan gambaran perkembangan keterampilan teknik-teknik pembelajaran olahraga khususnya tendangan sabit, serta mutu hasil belajar terhadap prestasi ekskul pencak silat dengan dasar penelitian tendangan sabit pencak silat pada ruang lingkup siswa-siswi SMPN 3 Babelan.

d. Bagi Perguan Pencak Silat KPS NUSANTARA :

Dapat meningkatkan pengembangan suatu metode latihan perguruan, serta wawasan model latihan yang akan meningkatkan prestasi perguruan. pada akhirnya akan memunculkan bibit-bibit prestasi menjadi seorang pesilat yang handal dan berprestasi pada event tingkat apapun.