

BABI

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pencak silat merupakan salah satu beladiri budaya asli bangsa Indonesia, dimana sangat diyakini oleh para pendekarnya dan pakar pencak silat bahwa masyarakat Melayu saat ini menciptakan dan mempergunakan ilmu beladiri ini sejak dimasa prasejarah.¹ Pencak silat dalam perkembangan saat ini sudah banyak peminatnya dari semua kalangan. Bukan hanya sebagai warisan dari nenek moyang, tapi pencak silat harus di lestarikan dengan terus mengikuti perkembangan zaman.

Kini olahraga pencak silat pun sudah menyebar ke negara-negara Asia Timur dan Eropa bahkan Benua Amerika. Secara umum pencak silat hampir sama, terdapat teknik pukulan dan tendangan dengan beladiri karate, taekwondo dan beladiri lainnya. Namun pencak silat mempunyai banyak teknik yang diperbolehkan dalam pertandingan, seperti: teknik bantingan, teknik sapuan, teknik guntingan, dan teknik hindaran.

Perguruan Silat Nasional (Persinas) "Amphu Sehat Aman Damai" (ASAD) adalah suatu yayasan yang didirikan pada tanggal 30 April 1993 dengan Akta Nomor 430 Notaris J.L. Waworuntu, untuk waktu

¹Johansyah Lubis dan Hendro Wardoyo, *Pencak Silat Edisi Kedua* (Jakarta: PT. Raja Grafindo 2014).h.1.

yang tidak terbatas. Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) berdasarkan Pancasila dan UUD 1945 dan bermaksud menghimpun seluruh potensi bangsa yang memiliki persamaan cita-cita, wawasan dan tujuan dalam melestarikan budaya bangsa, khususnya ilmu seni beladiri Pencak Silat Nasional yang bersumber pada aliran Silat Cimande, Kunto, Cikaret, Singa Mogok, Nagan, Cikalong, Syahbandar, Garuda Mas, Sabeni, dan Tangkap Menangkap (TM).

Bahwa dengan melestarikan ilmu dan seni beladiri Pencak Silat, berarti melestarikan budaya bangsa, yang merupakan upaya meningkatkan kualitas mental dan fisik bangsa Indonesia, guna mempercepat terwujudnya tujuan Nasional, dengan motto “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD). PengCab Jakarta Pusat merupakan salah satu cabang perguruan besar di Indonesia Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) yang mewadahi pecinta silat untuk membumikan silat di bumi Nusantara. Bertempat di Padepokan Al-Muflihun Jakarta, latihan diselenggarakan setiap Selasa dan Jum’at malam, terbuka untuk umum baik anak-anak, remaja, dewasa dan orang tua. Dengan moto “*Pencak Silat is my life*” Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) Jakarta Pusat mencoba membangkitkan semangat generasi silat untuk dan melestarikan pencak silat Nasional sebagai identitas bangsa sejati disiplin dan santun dalam bermasyarakat, berkarakter bangsa, membela kebenaran, dan saling tolong menolong.

Sekarang pencak silat pun sudah mempersatukan diri dalam bidang prestasi yang di bentuk oleh beberapa perguruan besar yang ada di Indonesia yang bernama Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia (IPSI), di setiap kejuaraan yang di selenggarakan oleh IPSI selalu memberi daya tarik tersendiri bagi orang awam yang melihatnya, oleh karena itu kita sebagai orang yang berkecimpung di dunia persilatan wajib untuk melestari dan mengembangkan ciri khas beladiri budaya indonesia yaitu Pencak silat. Seiring berjalannya waktu organisasi ini berkembang kesuluruh wilayah Indonesia dari sabang sampai marauke, di mulai dari IPSI kabupaten/kota, bahkan IPSI Nasional pun sering mengadakan kejuaraan untuk pembinaan dari mulai usia SD,SMP,SMA bahkan dewasa.

Olahraga pencak silat mulai di pertandingkan secara resmi pada PON VII di jakarta dengan menampilkan nomor tanding, istilah kategori tanding dikenal dengan istilah pencak silat olahraga, kemudian berkembang menjadi wiralaga, sekarang menjadi familiar istilah tanding². Nomor pertandingan mengalami perubahan yang dulu kelas berdasarkan berat badan dimulai dari kelas A s.d G dan bebas putra, kelas A=40-45kg, kelas B= 45-50kg, kelas C= 50-55kg, kelas D=55-60kg, kelas E=60-65kg, kelas F=65-70kg, kelas G=70-75kg. Sedangkan untuyang putri hanya dari kelas A s.d E seiring berjalannya waktu perubahan demi perubahan terjadi untuk menyesuaikan

² Ibid., h. 7.

kemajuan dan teknologi yang berkembang dari penambahan berat badan dan penambahan kelas yang dipertandingkan dalam seluruh kejuaraan.³

Sedangkan untuk kategori seni, istilah seni dulu dikenal dengan pencak silat seni kemudian menjadi wiragana (seni silat tunggal) putra dan putri, wirasanggah (seni silat berpasangan) putra dan putri, dan wiraloka (seni silat beregu), akan tetapi sekarang lebih dikenali dengan istilah Jurus TGR yang singkatan dari jurus tunggal, jurus ganda, jurus regu. Adapun jurus TGR ini dipertandingkan secara resmi pada PON XIV di Jakarta, dengan nomor jurus tunggal bebas putra dan putri, ganda putra dan putri, dan jurus regu wajib. Pada tahun 2007 hasil Munas XI, dalam peraturan pertandingan sudah masuknya pertandingan usia pra remaja yaitu kategori usia 9 s/d 13 tahun, munculnya usia pra remaja dikarenakan pencak silat ini sudah dipertandingkan di tingkat SD mulai dari Provinsi sampai tingkat Nasional yang diselenggarakan oleh Departemen Pendidikan Nasional, disusul dengan pertandingan tingkat SMP dan SMA pada tahun 2008 diberi nama Olimpiade Olahraga Sekolah Nasional (O2SN).⁴

Berdasarkan pengalaman yang dialami peneliti pada *EventAsean University Games* di Singapura pada tahun 2016, merupakan pengalaman yang luar biasa yang tidak ternilai harganya yang menjadikan peneliti juara

³Johansyah Lubis dan Hendro Wardoyo, *Pencak silat Edisi Ketiga*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2016), h. 7.

⁴Johansyah Lubis dan Hendro Wardoyo, *Pencak Silat Edisi Pertama* (Jakarta: Rajawali Sport, 2004), h.6.

pada saat itu. Juara bukanlah segalanya apabila cedera yang akan menghentikan prestasi dikemudian hari, maka dari itu sebagai pesilat yang handal harus berpikir cerdas agar semua faktor yang akan menghambat untuk menjadi juara harus di perhitungkan, oleh karena itu hindaran adalah teknik dan taktik yang terbaik untuk mengurangi faktor cedera dan *save point*.

Baik disetiap pertandingan yang diselenggarakan dari tingkat pra-remaja sampai tingkat dewasa sebagian atlet pernah mengalami cedera dalam setiap pertandingan mulai dari yang biasa sampai yang fatal akibat dari proses bertahan yang kurang baik, hampir setiap pertandingan pencak silat yang pernah di selenggarakan di DKI Jakarta maupun Nasional seorang atlet selalu lengah dalam mempertahankan diri dari serangan lawan, bahkan bukan hanya cedera yang akan di alaminya akan tetapi kekalahan yang akan menunggunya di akhir pertandingan tersebut.

Oleh karena itu atlet harus pintar dalam mengatur pola langkah serangan dan hindaran yang di lakukan pada saat pertandingan dimulai, adapun dalam pandangan wasit dan juri hindaran yang di akhiri dengan serangan kaki atau tangan memberi nilai poin tambahan +1, untuk saat ini hindaran di sertai tendangan 2+1, walaupun memberi nilai poin yang sangat sedikit, hindaran sangat efektif dalam meminimalisir benturan dan cedera yang terjadi pada saat pertandingan.

Atas dasar tersebut peneliti ingin memecahkan masalah yang ada, mengingat betapa pentingnya teknik dasar sebagai penunjang teknik lainnya

masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ini adalah bagaimana mengembangkan model latihan hindaran dengan media bola besar.

Dengan model latihan ini akan lebih mudah di serap dan di ikuti oleh atlet khususnya anggota pemula. Deskripsi diatas menjadi alasan bagi peneliti untuk melakukan penelitian terhadap pengembangan model dan bentuk teknik hindaran dengan berbasis media bola besar bagi anggota pemula di Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) DKI Jakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengembangan model latihan hindaran pencak silat Akhmad Firdaus (AF) berbasis media bola besar bagi anggota pemula di Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) DKI Jakarta?
2. Bagaimana menerapkan model latihan hindaran pencak silat Akhmad Firdaus (AF) berbasis media bola besar bagi anggota pemula di Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) DKI Jakarta?

3. Apa sajakah media yang digunakan dalam model latihan hindaran pencak silat Akhmad Firdaus (AF) berbasis media bola besar bagi anggota pemula di Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai”(ASAD) DKI Jakarta?
4. Bagaimana manfaat dari model latihan hindaran pencak silat Akhmad Firdaus (AF) berbasis media bola besar bagi anggota pemula di Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai”(ASAD) DKI Jakarta?
5. Bagaimanakah bentuk model latihan hindaran pencak Akhmad Firdaus (AF) berbasis media bola besar bagi anggota pemula di Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai”(ASAD) DKI Jakarta?

C. Pembatasan masalah

Melihat sangat luasnya identifikasi masalah diatas, maka penelitian ini dibatasi pada pengembangan bentuk model latihan hindaran pencak silat bagi anggota pemula perguruan silat Nasional Ampuh Sehat Aman Damai“ASAD DKI Jakarta.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut:

“Bagaimanakah bentuk model latihan hindaran pencak Akhmad Firdaus (AF) berbasis media bola besar bagi anggota pemula di Perguruan Silat Nasional “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) DKI Jakarta?”

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan penjelasan diatas, diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna untuk :

- 1 Memberikan suatu sumbangan pengetahuan dan pemikiran yang sekaligus dapat dijadikan sumber inspirasi bagi pembinaan atlet pencak silat Indonesia khususnya perguruan pencak silat “Ampuh Sehat Aman Damai” (ASAD) DKI Jakarta.
- 2 Sebagai sumbangan ilmu pengetahuan khususnya dalam olahraga beladiri pencak silat tentang variasi dalam penerapan model latihan hindaran pencak silat bagi klub olahraga pencak silat di sekolah-sekolah.
- 3 Sebagai panduan para pelatih klub atau eskul pencak silat dalam melatih teknik hindaran agar tidak membosankan dalam melatih khususnya anggota pemula baik klub atau sekolah-sekolah.
- 4 Sebagai bahan acuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya.