

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan sebuah negara terpadat ke-4 di dunia dengan jumlah penduduk 258.316.051 jiwa dalam luas wilayah 1.904.569 Km² dengan kondisi ini, beperpeluang besar tingkat kejahatan yang signifikan, dikutip dari Kompas.com, Polda Metro Jaya merilis *crime index* atau indeks kejahatan sepanjang tahun 2016. Total kejahatan yang terjadi selama 2016 sebanyak 44.304 kejadian jika dibandingkan dengan tahun 2015 kejadian sebanyak 43.149 ini menunjukkan peningkatan kurang lebih tiga persen.¹

Dengan kondisi seperti ini maka sangat diperluakan pengetahuan tentang perlindungan diri dari tindak kejahatan yang umum terjadi, pengetahuan tersebut bisa didapatkan dengan cara berlatih beladiri. Dengan beladiri akan mendapatkan berbagai teknik antisipasi serangan yang umum terjadi baik menggunakan tangan kosong ataupun menggunakan senjata.

Di Indonesia ada berbagai macam aliran beladiri salah satunya adalah Pencak Silat yang merupakan beladiri asli Indonesia yang diakui dunia. Pencak Silat merupakan beladiri unik yang memiliki empat aspek dasar yaitu aspek olahraga, aspek beladiri, aspek seni dan aspek mental spiritual. Seiring perkembangannya, fungsi pencak silat tidak hanya sebagai alat beladiri tetapi dapat dijadikan sebagai sarana mencurahkan kecintaan pada aspek keindahan (estetika), dan alat pendidikan mental dan rohani. Ke-empat aspek tersebut

¹ Kompas.com diakses pada tanggal 25 Juni 2017.

merupakan suatu rangkaian yang utuh, tidak dapat di pisah-pisahkan, saling mengisi dan saling membutuhkan. Artinya setiap gerakan dalam pencak silat selalu berdasarkan pada aspek beladiri, olahraga, seni dan mental spiritual.

Didalam Pencak Silat selalu diajarkan untuk mampu memanipulasi benda-benda disekitar kita untuk membantu dalam melakukan beladiri contoh benda disekitar dan mudah ditemukan adalah kayu, tongkat, tas, payung, jaket dan helm. Semua benda ini dapat digunakan dengan teknik yang ada, yang sudah dibuat dan disesuaikan dengan kejadian lapangan oleh para ahli beladiri. Dengan Pencak Silat tindak kejahatan yang terjadi mampu diantisipasi ataupun diminimalisirkan dampaknya, didalam pencak silat ada berbagai macam teknik seperti teknik serangan dan pembelaan. Penyerangan diartikan sebagai usaha pembelaan dengan menggunakan lengan/tangan atau tungkai/kaki untuk mengenai sasaran tertentu pada tubuh lawan.²

Namun pada kenyatannya sangat jarang terjadi perlawanan bilamana tindak kejahatan terjadi, ada beberapa hal yang mempengaruhi perlawanan tidak terjadi, salah satunya adalah rasa takut akan senjata tajam atau rasa takut akan intimidasi dari pelaku kejahatan. Seperti yang diungkapkan salah satu ahli psikologi Spielberger (1966) mengatakan bahwa gejala kecemasan timbul apabila seseorang dihadapkan pada situasi yang dirasakan mengancam.³ Dengan kecemasan yang tinggi ini dapat mengakibatkan ketegangan otot yang berlebih seperti yang diungkapkan ahli Psikologi Brecht (2000) bahwa otot dipengaruhi oleh kekhawatiran termasuk otot kepala, bahu, dada, perut dan

² Sucipto, Pendekatan Keterampilan taktis Dalam Pembelajaran Pencak Silat. (Konsep dan Metode). 2001. Hal. 49

³ Spielberger *Anxiety and Behaviour* (New york : Academic Press 1966) hal.133

punggung bagian bawah. Ketegangan otot mungkin dialami sebagai rasa kaku, nyeri, rasa sakit atau perih. Efek dari kecemasan ini membuat lambat dan ragu dalam melakukan tindak belaan.

Kecemasan ini akan berkurang bilamana memiliki kemampuan beladiri dan memiliki benda yang dianggap mampu membantu dalam melakukan beladiri. Pada kenyataannya jika seseorang memiliki benda yang dianggap mampu melukai atau pun mengancam orang lain akan meningkatkan rasa percaya diri. Benda yang dimaksud merupakan benda yang paling mudah ditemukan pada saat terjadi tindak kejahatan, seperti kayu, helm, tas, payung dan sebagainya. Salah satu benda yang paling tepat digunakan untuk beladiri adalah payung.

Payung merupakan benda yang pada umumnya hanya digunakan untuk melindungi diri dari hujan dan panas. Minimnya pengetahuan masyarakat tentang beladiri sehingga membuat masyarakat tidak mengetahui bahwa payung mampu digunakan sebagai senjata beladiri yang praktis dan efektif. Dengan struktur payung yang panjang, ujungnya mengerucut dan gagangnya berbentuk setengah lingkaran, ini menjadikan payung sebagai perpanjangan tangan dalam memukul, alat yang padat untuk menangkis dan juga alat yang mampu digunakan untuk mengunci dengan gagangnya yang berbentuk setengah lingkaran.

Mengingat betapa pentingnya kemampuan beladiri dalam menjaga keamanan diri dari tindak kejahatan yang ada, ini memicu peneliti untuk melakukan pengembangan model latihan beladiri praktis menggunakan salah satu benda yang mudah dibawa sehari-hari yaitu payung.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang ini memfokuskan bentuk model latihan beladiri praktis menggunakan payung dengan dasar menggunakan teknik Pencak Silat. Peneliti ingin berupaya mengembangkan beladiri praktis yang ada sehingga mudah dipelajari dan digunakan.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana model latihan beladiri praktis menggunakan payung?

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dilihat berdasarkan rumusan permasalahan diatas maka manfaatnya dapat dirinci sebagai berikut :

1. Salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan mendapatkan gelar sarjana olahraga.
2. Dapat dipergunakan sebagai bahan materi latihan beladiri praktis menggunakan benda yang umum digunakan.

3. Sebagai sumber informasi khususnya untuk cabang-cabang beladiri yang terdapat di Universitas Negeri Jakarta.
4. Pengamanan diri dari tindak kejahatan yang umum terjadi dimasyarakat.
5. Dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembacanya.