

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga pencak silat merupakan salah satu olahraga beladiri yang diwarisi secara turun-temurun di bumi Indonesia. Pada awalnya pencak silat hanya merupakan salah satu cara untuk membela diri. Pencak Silat menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia terbitan Balai Pustaka berarti, permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, mengelak, dan sebagainya. Silat diartikan sebagai olahraga (permainan) yang didasari ketangkasan menyerang dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata. Bersilat adalah bermain (atau berkelahi) dengan menggunakan ketangkasan menyerang dan mempertahankan diri. Sedangkan Pencak Silat bermakna, kepandaian bertarung dalam pertandingan (atau perkelahian) seni bela diri khas Indonesia.

Keterampilan dasar yang dibutuhkan dalam pencak silat memang memiliki karakteristik tersendiri jika dibandingkan dengan cabang bela diri lainnya, mengingat pencak silat merupakan budaya bangsa sehingga unsur 'seni' dan 'budaya' masih terus dipertahankan sesuai dengan kategorinya

Dalam olahraga Pencak Silat pada umumnya terdiri dari beberapa kategori. Diantaranya yaitu kategori tanding atau wiralaga dan seni. Kategori seni terdiri dari beberapa nomor yaitu Tunggal, Ganda, Regu. Untuk kategori tanding nomor kelas tandingnya disesuaikan dengan berat badan.

Seiring perkembangan zaman dan waktu, Pencak Silat kini bukan hanya sekedar membela diri namun berkembang menjadi salah satu olahraga beladiri untuk meraih prestasi yang dipertandingkan dalam *event* wilayah, daerah, nasional, maupun internasional.

Dengan semakin berkembangnya olahraga Pencak Silat sampai didunia Internasional maka semakin meluas perkembangan Pencak Silat bahkan kini sudah masuk di setiap sekolah olah raga sudah terima progam latihan pencak silat masuk ekstrakurikuler Pencak Silat di sekolah kini mulai marak di gencarkan oleh Pemerintah khusus Ibukota Jakarta guna melestarikan budaya bangsa ini. Penyelenggaraan kejuaraan Pencak silat antar sekolah maupun antar perguruan adalah salah satu langkah untuk membudayakan asli warisan budaya pencak silat.

Dengan semakin banyaknya kejuaraan Pencak Silat yang diselenggarakan, maka dari itu banyak hal yang harus diperhatikan lagi dalam membentuk seorang pesilat yang berprestasi. Dalam pertandingan

Pencak Silat terdapat nilai-nilai yang dihitung berdasarkan teknik yang digunakan, seperti teknik pukulan, tendangan, permainan bawahkan, serta teknik jatuhan.

Teknik pukulan depan, serangan yang menggunakan lengan dengan tangan mengepal, lintasan lurus ke depan, dengan titik sasaran atas, tengah, dan bawah. Teknik pukulan depan adalah teknik yang paling sering digunakan pesilat untuk mendapatkan *point* yaitu mendapatkan point nilai 1 dalam pertandingan. Maka dari itu teknik ini sangatlah penting dalam setiap pertandingan karena dapat membantu hasil pertandingannya. Namun sebagian besar atlet yang menggunakan teknik ini tidak efektif dan kurang tepat pada sasaran yang disebabkan teknik pukulan depan yang kurang tepat sehingga sering kali pukulan ini mudah diantisipasi oleh lawan bahkan mudah untuk mendapat teguran pengurangan nilai -1 dari wasit.

Mengingat betapa pentingnya teknik tersebut maka peneliti berupaya untuk memecahkan masalah yang ada. Masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ialah bagaimana upaya untuk meningkatkan keterampilan pukulan depan. Peneliti akan menggunakan model latihan pukulan depan dengan media *rubber*. Model latihan ini dilakukan individu.

Bedasarkan Latar Belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pukulan depan dengan media *rubber*, dapat meningkatkan keterampilan pukulan depan dalam pencak silat pada siswa U-13 tahun di perguruan perisai putih jakarta utara.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang berkaitan dengan penelitian ini. Peneliti memfokuskan penelitian pada pukulan depan. Dalam hal ini peneliti ingin berupaya meningkatkan keterampilan pukulan depan pada Siswa U-13 tahun di Perisai Putih dengan menggunakan alat bantu *rubber*

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah dengan penelitian ini, maka dapat dirumuskan sebagai berikut : “Apakah latihan dengan menggunakan alat bantu *rubber* dapat meningkatkan keterampilan teknik pukulan depan pada Siswa U-13 tahun di Perisai Putih jakarta utara ?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi sumbangan pemikiran dan informasi bagi pihak-pihak yang terkait. Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui peningkatan teknik pukulan depan dengan menggunakan media alat bantu *rubber*
2. Latihan dengan menggunakan *rubber* ini dapat digunakan sebagai alat yang bervariasi sehingga dapat meningkatkan keterampilan teknik pukulan depan yang efektif dan efisien.
3. Memberikan pandangan kepada pelatih dalam penggunaan alat bantu latihan.
4. Membantu upaya memajukan prestasi atlet pencak silat Indonesia khususnya Siswa U-13 tahun Perisai Putih jakarta utara
5. Memberikan pengetahuan untuk Siswa U-13 tahun Perisai Putih jakarta utara