

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pencak silat merupakan cabang olahraga beladiri asli Indonesia yang sudah dikenal sejak jaman nenek moyang, seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman. Maksud dan tujuan pada pelajaran seni bela diri pencak silat kepada peserta didik ialah, agar peserta didik mengenal olahraga seni beladiri asli Indonesia dan dapat membela dirinya apabila mendapat gangguan yang membahayakan diri.

Dalam latihan cabang Olahraga seni bela diri pencak silat, siswa diajarkan berbagai teknik dasar pencak silat, antara lain :

1. Teknik Pukulan
2. Teknik Tendangan
3. Teknik Sapuan
4. Teknik Jatuhan
5. dan Teknik Kunci

Berdasarkan teknik serangan diatas dalam beladiri pencak silat dibedakan menjadi dua yaitu, pukulan dan tendangan. Jenis pukulan pencak silat berupa pukulan lurus, pukulan samping, pukulan sangkul, pukulan lingkar, tebasan, tebangan, sangga, tamparan, kepret, tusukan, totokan, patukan, cengkraman, gentusan, sikuan dan dobrakan. Sedangkan jenis tendangan pencak silat berupa tendangan lurus, tendangan samping, tendangan sabit, tendangan berputar serta sapuan.

Ditinjau dari pelaksanaan latihan ekstrakurikuler pencak silat di SMA Taman Madya 5 Jakarta dilaksanakan secara konvensional. Pelatih menjelaskan teknik tendangan lurus pencak silat, memberikan contoh tendangan lurus dan selanjutnya memberi aba-aba kepada peserta untuk melakukan tendangan lurus yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama dan tanpa menggunakan tambahan media baru. Dari yang dilakukan secara konvensional ternyata sebagian besar peserta kurang menyukai dengan metode tersebut, siswa merasa jenuh dan bosan, dari latihan tersebut justru membuat mereka bercanda dengan teman lainnya sehingga tidak fokus dengan latihannya, selain itu dengan metode konvensional ini gerakan tendangan lurus yang dihasilkan oleh siswa tidak terbentuk dengan baik dan kurang akurat. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan latihan tidak dapat tercapai dengan baik, sehingga siswa tersebut tidak maksimal dalam melakukan latihan. Permasalahan yang terjadi pada siswa ekstrakurikuler pencak silat di SMA Taman Madya 5 Jakarta harus di carikan solusi yang tepat. Latihan tendangan lurus yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama ternyata kurang menarik perhatian peserta didik. Pada umumnya siswa akan lebih senang melakukan tendangan lurus apabila ada target atau sasaran yang harus dikenai atau ada rintangan yang harus dilewati sehingga siswa akan menjadi lebih semangat. Upaya meningkatkan perhatian dan memenuhi hasrat gerak siswa, maka dalam latihan tendangan lurus pencak silat pada siswa ekstrakurikuler di SMA Taman Madya 5 Jakarta dibutuhkan model latihan tendangan lurus berbasis media alat bantu karet. Dengan menggunakan alat bantu mengajar atau media, pengajaran dapat menjadi lebih konkrit dan menarik, sehingga mudah untuk dimengerti dan dipahami peserta didik.

Media merupakan salah satu hal yang berperan penting untuk mendukung pencapaian tujuan latihan. Melalui media yang digunakan dalam latihan, materi latihan lebih konkrit dan mudah dipahami siswa serta lebih menarik. Melalui model latihan tendangan lurus pencak silat berbantu media, diharapkan siswa dapat lebih fokus dan tertantang untuk melakukan latihan berbasis media ini. Pada latihan tendangan lurus ini dapat menarik perhatian siswa untuk berlatih secara serius karena inovasi media karet yang digunakan, sehingga siswa mau melakukan latihan tendangan lurus secara berulang-ulang serta diharapkan dapat meningkatkan kemampuan teknik tendangan lurus pada beladiri pencak silat.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang ini, peneliti memfokuskan bentuk model latihan tendangan lurus berbantu media alat bantu karet. Penelitian ini berupa pengembangan teknik tendangan lurus pada siswa sehingga mudah dilakukan dan dipahami oleh peserta didik.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

Bagaimana model latihan tendangan lurus pencak silat berbantu media alat bantu karet ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dilihat berdasarkan rumusan permasalahan diatas maka manfaat dapat dirincikan sebagai berikut :

1. Salah satu syarat untuk menyelesaikan skripsi

2. Dapat mengetahui hasil dari model latihan tendangan lurus pencak silat berbantu media alat bantu karet
3. Dapat meningkatkan kualitas tendangan lurus pada siswa ekstrakurikuler
4. Menambah wawasan bagi peneliti dan pembaca
5. Dapat menumbuhkan semangat anak untuk melakukan latihan tendangan lurus pencak silat
6. Dapat menjadi rekomendasi bagi guru atau pelatih dan menjadi contoh model latihan tendangan lurus berbantu media karet

