

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pencak Silat merupakan beladiri asli Indonesia yang sudah diakui UNESCO, Pencak Silat pada zaman dahulu digunakan sebagai alat mempertahankan diri dari serangan musuh ataupun berburu guna mendapatkan makanan yang kemudian berkembang pada zaman penjajahan. Teori yang ada pada pencak silat yaitu diantaranya harus menguasai pernapasan, gerakan, jurus, dan materi (Saryanto, 2018). Dalam sejarah perkembangan pencak silat, selain berfungsi sebagai cara pembelaan diri juga berfungsi sebagai seni, olahraga serta pendidikan. Fungsi ini berkembang seiring dengan beragamnya tujuan dan tuntutan keadaan yang cenderung berubah-ubah.

Dengan adanya Pencak Silat di sekolah tentunya sangat membantu dalam menyebarkan dan mewarisi Pencak Silat kepada anak bangsa agar Pencak Silat tetap lestari. Dalam kurikulum pendidikan sekarang pencak silat sudah dijadikan sebagai materi penjas yang wajib diajarkan kepada siswa, dari tingkat Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Akhir. Untuk itu sebagai calon pendidik tentunya harus ada inovasi dalam memberikan pelajaran kepada siswa agar siswa dapat tertarik dan mudah mempelajari pencak silat sebagai budaya bangsa. Dalam pencak silat terdapat teknik dasar seperti kuda-

kuda, pukulan , tendangan , hindaran dan tangkisan. Teknik dasar ini tentunya mempunyai peranan dalam membentuk teknik-teknik lanjutan lainnya karena teknik dasar merupakan pondasi awal yang sangat menentukan kemampuan atlet nantinya dalam menguasai teknik lanjutan yang tentunya harus dikuasai dengan baik oleh atlet untuk memenangkan pertandingan. Untuk itu teknik dasar perlu dikuasai dengan benar mulai dari pelatihan yang baik, agar tidak terjadi kesalahan berkelanjutan.

Dalam pencak silat ada beberapa kategori yang di pertandingan yaitu tanding dan TGR , kategori tanding adalah kategori pertandingan pencak silat yang menampilkan dua orang pesilat dari kubu yang berbeda. (Johansyah, PencakSilat, 2016). Keduanya saling berhadapan menggunakan unsur pembelaan dan serangan yaitu menangkis , mengelak dan menyerang pada sasaran dan menjatuhkan lawan menggunakan taktik dan teknik bertanding., ketahanan stamina dan semangat juang menggunakan kaidah dan pola langkah yang memanfaatkan kekayaan jurus , mendapatkan nilai terbanyak. Sedangkan yang dimaksud TGR dalam pencak silat adalah tunggal, ganda dan regu (T.G.R). Jurus tunggal adalah jurus yang menampilkan satu orang dengan memperagakan kemahiran jurus dan gerakan yang baku.

(Johansyah, Pencak Silat, 2014) terdiri dari tangan kosong, dan bersenjata golok, dan toya (tongkat), dibagi dalam tujuh jurus tangan kosong, tiga jurus golok, dan empat jurus toya (tongkat). Kategori ganda adalah pertandingan pencak silat yang menampilkan dua orang pesilat dari kubu yang sama memperagakan kemahiran dan kekayaan teknik jurus pencak silat yang dimiliki.

(Johansyah, Pencak Silat, 2014). Gerakan serang bela di tampilkan secara terencana, efektif, mantap dan logis dalam sejumlah rangkaian seri yang teratur, baik bertenaga dan cepat maupun dalam gerakan lambat penuh penjiwaan, dengan tangan kosong dan bersenjata. Kategori regu adalah pertandingan pencak silat yang menampilkan tiga orang pesilat dari kubu yang sama memperagakan kemahiran dalam jurus baku regu secara benar, tepat, mantap, penuh penjiwaan dan kompak. (Johansyah, Pencak Silat, 2014).

Sebagai olahraga kompetitif perkembangan pencak silat yang berakar dari budaya Indonesia perlu diperkenalkan dan dipelajari oleh segenap lapisan masyarakat, terlebih para siswa di sekolah. Olahraga saat ini mendapatkan perhatian yang cukup besar baik untuk meningkatkan kualitas manusia, kesegaran jasmani, maupun mencapai prestasi. Salah satu tempat dimana pelajar dapat melakukan aktivitas olahraga, tempat belajar, dan melakukan kegiatan olahraga diluar jam sekolah formal melalui kegiatan latihan di Ekstrakurikuler pencak silat. Ekstrakurikuler pencak silat yang difasilitasi adalah untuk mengembangkan bakat dan minat serta keterampilan sehingga akan timbul kemandirian percaya diri dan kreatifitas, yang merupakan potensi sumber daya manusia yang perlu dibina dan dikembangkan. Berawal dari sini lah muncul bibit olahragawan yang tidak akan habis apabila program olahraga di lembaga pendidikan secara keseluruhan dapat dilaksanakan sebaik-baiknya.

Adapun teknik dalam pencak silat yaitu: (1) kuda-kuda; (2) sikap pasang; (3) langkah; (4) teknik belaan; (5) teknik pukulan; (6) teknik tendangan; (7) teknik

jatuhan; (8) teknik tangkapan; (9) teknik bantingan; (10) teknik dasar tahanan terhadap bantingan. (Johansyah, Pencak Silat, 2016).

Salah satu teknik dalam pencak silat yang menentukan hasil kemenangan adalah teknik tendangan, keberhasilan teknik tendangan memiliki presentase lebih tinggi jika dibandingkan teknik pukulan, guntingan dan bantingan. Dapat diartikan bahwa keseluruhan pertandingan pencak silat kategori tanding didominasi oleh teknik tendangan. Bahwa pada pertandingan pencak silat teknik tendangan dominan digunakan (44 %) hal ini dikarenakan jarak teknik tendangan serta jangkauan lebih panjang dari pada teknik pukulan. Disamping itu tendangan pencak silat mudah dilakukan dan mempunyai nilai cukup tinggi yaitu 2 (dua) (Agung Nugroho, 2020) Perlu diketahui bahwa tendangan yang sah dalam pertandingan pencak silat kategori tanding adalah serangan yang masuk pada sasaran, menggunakan teknik serangan dengan kaki dalam bentuk apapun bertenaga dan mantap, tidak disertai tangkapan, tanpa terhalang oleh tangkisan atau elakan dan dengan dukungan kuda-kuda, atau kaki tumpu yang baik, jarak jangkauan tepat dan lintasan serangan yang benar (Musyawarah Nasional XIV Ikatan Pencaksilat Indonesia Tahun 2016). Dengan demikian seorang guru wajib membentuk muridnya agar mempunyai kemampuan tendangan yang baik dan benar. Peraturan Pertandingan Ikatan Pencak Silat Indonesia 2016 menerangkan bahwa nilai 2 Serangan dengan tangan yang masuk pada sasaran tanpa terhalang oleh tangkisan, hindaran atau elakan atau tangkisan, hidaran atau elakan yang berhasil menggagalkan serangan lawan disusul langsung oleh serangan dengan tangan yang masuk pada sasaran.

Nilai 3 Serangan dengan kaki yang masuk pada sasaran tanpa terhalang oleh tangkisan, hindaran atau tangkapan atau tangkisan, hindaran atau elakan yang berhasil menggagalkan serangan lawan disusul langsung oleh serangan dengan kaki yang masuk pada sasaran.

Nilai 4 Teknik jatuhnya yang berhasil menjatuhkan lawan atau tangkisan, hindaran, elakan atau tangkapan yang menggagalkan serangan lawan disusul langsung oleh serangan dengan teknik jatuhnya yang berhasil menjatuhkan lawan.

Menurut Johansyah (Johansyah, 2016) teknik tendangan terbagi menjadi beberapa macam antara lain: tendangan lurus, tendangan tusuk, tendangan kepret, tendangan jejag, tendangan gajul, tendangan T, tendangan celorong, tendangan belakang, tendangan kuda, tendangan taji, tendangan sabit, tendangan baling, tendangan bawah, dan tendangan ge jig. Namun tendangan belakang masih jarang digunakan karena butuh kemampuan lebih lanjut untuk menggunakan tendangan belakang, tendangan belakang, dilakukan dengan menggunakan sebelah kaki dan tungkai. Lintasannya lurus ke belakang tubuh dan membelakangi lawan. Tendangan ini bisa dilakukan dengan atau tanpa melihat sasaran. Sasarannya yaitu seluruh bagian tubuh.

Peneliti dalam penelitian ini memilih tendangan depan karena tendangan depan merupakan salah satu serangan dasar yang ada dalam pencak silat dan harus ada model yang memudahkan siswa dalam mempelajari tendangan depan agar pembelajaran dapat berjalan dengan mudah, menarik dan efisien.

Ekstrakurikuler Pencak Silat merupakan salah satu Unit Kegiatan Siswa yang telah banyak meraih prestasi baik di kejuaraan tingkat daerah hingga nasional, nomor tanding merupakan nomor yang sering meraih prestasi namun dari hasil observasi di pembelajaran kelas tentang materi pencak silat masih banyak siswa yang kesulitan dalam melakukan gerak dasar tendangan depan atau tendangan lurus, oleh karena itu penulis membuat model pembelajaran menggunakan mediabantu latihan agar siswa dapat memahami dan melakukan gerak dasar tendangan depan dengan mudah dan benar. Dari survei yang peneliti temukan di SDN 01 Kebon Manggis dalam pembelajaran pencak silat terdapat kesulitan pada siswa dalam melakukan tendangan lurus, baik dari posisi awalan, sikap pelaksanaan hingga sikap akhir, siswa sulit untuk menentukan posisi kuda-kuda yang benar, menentukan seberapa lebar jarak antar kaki dalam kuda-kuda awalan, menentukan posisi angkatan dan meluruskan kaki dalam tendangan lurus, hingga posisi pada saat setelah melakukan tendangan, untuk itu peneliti menggagas ide untuk memberikan model pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran pencak silat tendangan lurus dengan mengembangkan model pembelajaran gerak dasar tendangan lurus agar dapat mempermudah guru dan siswa dalam proses pembelajaran sehingga dapat memaksimalkan pembelajaran pendidikan jasmani materi pencak silat tendangan lurus.

## B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah dengan model pembelajaran gerak dasar tendangan Lurus dapat menarik minat siswa dalam pembelajaran dan juga mempermudah proses pembelajaran agar siswa dapat menguasai teknik dasar tendangan Lurus dengan baik dan mudah bagi siswa kelas 5 SDN 01 Kebon Manggis

## C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah ditemukan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana model pembelajaran gerak dasar tendangan Lurus pencak silat pada siswa SDN 01 Kebon Manggis?”

## D. Kegunaan Penelitian

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

### 1. Secara Teoritis

- a. Untuk membuka wawasan pada mahasiswa tentang pentingnya kreativitas dalam mengajar guna menghindari kesulitan dan memperbanyak variasi.
- b. Menambah berbagai program mode pembelajaran tendangan Lurus yang baru dan layak diterapkan dalam pembelajaran.

- c. Menambah pengetahuan dan wawasan diri dalam mempersiapkan profesi menjadi seorang pendidik.

## **2. Secara Praktis**

### **a. Bagi Mahasiswa**

Untuk mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan khususnya cabang olahraga pencak silat, hasil penelitian ini dapat memperluas pengetahuan mahasiswa dalam model pembelajaran tendangan Lurus.

### **b. Bagi Guru**

Untuk menambah berbagai variasi model pembelajaran tendangan Lurus yang baru dan layak dipergunakan di dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

