

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pencak silat merupakan cabang olahraga beladiri bangsa Indonesia yang dikenal sejak jaman nenek moyang. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman, pencak silat sudah mulai dikembangkan. Mengingat olahraga beladiri pencak silat merupakan budaya bangsa yang tentunya perlu dilestarikan, dikembangkan dan diperkenalkan ke dunia internasional. “Perkembangan pencak silat menjadi salah satu olahraga yang mulai dipertandingan diberbagai *multi event* regional dan internasional memberi konsekuensi bahwa olahraga tersebut sudah diterima menjadi olahraga dunia, sehingga semua negara yang mengembangkan pencak silat akan berusaha seoptimal mungkin untuk mendapatkan/meraih medali, dengan berbagai cara yaitu memanggil pelatih pencak silat dan memanfaatkan IPTEK Olahraga sebagai pendukung”. (Lubis J. d., 2014)

Di dalam pertandingan pencak silat terdiri dari dua kategori, yaitu kategori tanding dan kategori seni. Kategori tanding untuk memenangkan pertandingan yang terpenting adalah memanfaatkan anggota tubuh seperti lengan dan tungkai untuk memperoleh nilai sebanyak mungkin. Untuk kategori tanding nomer tandingnya disesuaikan dengan berat badan. Nilai-nilai yang dihitung dalam kategori tanding berdasarkan teknik yang digunakan, seperti teknik pukulan, tendangan, serta teknik jatuhan. Pada kategori seni terdiri dari beberapa nomor yaitu tunggal, ganda dan regu.

Pencak silat kategori tanding merupakan pertandingan yang menampilkan dua orang pesilat dari sudut yang berbeda. Keduanya saling berhadapan

menggunakan kaidah dengan unsur pembelaan dan serangan yaitu menangkis, mengelak, menghindar, menyerang pada sasaran dan menjatuhkan lawan dengan menggunakan taktik dan teknik bertanding, ketahanan stamina dan semangat juang, menggunakan pola langkah yang memanfaatkan kekayaan teknik jurus untuk mendapatkan nilai terbanyak (Munas, 2012). Artinya setiap pesilat diharuskan memiliki kemampuan fisik, tehnik dan taktik strategi yang baik dan mumpuni pada saat pertandingan guna meraih target prestasi yang maksimal dalam suatu pertandingan. dan menerapkan prinsip pertandingan guna meminimalisir terjadinya cedera pada saat bertanding.

Dalam hal prestasi, seorang atlet harus maksimal dalam berlatih fisik dan teknik untuk menunjang prestasinya. Dalam komponen fisik terdapat tiga hal yang penting untuk atlet beladiri, yaitu aksi reaksi, koordinasi, dan kecepatan. Tiga hal ini berkaitan erat dengan beberapa teknik yang diperlukan dalam beladiri pencak silat, yaitu teknik tendangan, pukulan, tangkisan dan bantingan. Aksi yang baik akan menguntungkan atlet dalam melakukan penyerangan baik melalui tendangan atau pukulan. Selain itu, dengan reaksi yang baik atlet tidak mudah diserang karena cepat tanggap menggunakan tangkisannya.

Pada umumnya latihan untuk aksi reaksi pada pencak silat selalu membutuhkan partner latihan yang memegang target dengan bertujuan untuk melakukan serangan balik kepada atlet yang sedang berlatih, sehingga atlet selalu bergantung kepada partnernya untuk bisa mendapatkan hasil latihan yang maksimal. Oleh karena itu perkembangan dan kemajuan teknologi olahraga sangat di butuhkan untuk membantu atlet, khususnya dalam latihan aksi reaksi pada pencak silat kategori tanding.

Dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi pada zaman ini membawa penulis untuk mengembangkan alat bantu latihan aksi reaksi pada pencak silat kategori tanding (Adam, 2021) ke bentuk yang lebih efektif lagi dan dirancang sedemikian rupa dasar ke ilmu keolahragaan guna membantu pelatih dalam memberikan program latihan untuk para atlet pencak silat yang berlatih mandiri dan tidak memiliki partner latihan lalu dengan berkembangnya keilmuan teknologi dan dibutuhkannya inovasi-inovasi baru dalam dunia olahraga khususnya cabang olahraga pencak silat, karena pencak silat salah satu olahraga *body contact* yang bersentuhan secara langsung. karena peneliti melihat dari alat sebelumnya yang masih berbentuk besar dan lebih berat untuk pondasinya, dan dimana alat tersebut masih menggunakan dua orang untuk menggunakannya seperti pengatur power supply untuk bergesernya *stik foam* dan satu orang lagi yang memakainya untuk latihan.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan sebelumnya peneliti mempunyai ide yaitu peneliti akan mengembangkannya dengan otomatisasi dalam pengaturan *Pneumatic double acting* nya dan dimana peneliti akan mengembangkan alat yang berbasis elektrik dan bisa digunakan secara individu tanpa ada bantuan dari seorang partner untuk mengatur *power supply* nya. Peneliti akan menyusun sebuah penelitian dengan judul **“Pengembangan Alat Latihan Reaksi dan Ketepatan Tendangan T Pada Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta”**

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ditemukan maka penelitian ini difokuskan untuk membuat pengembangan alat bantu latihan reaksi dan ketepatan tendangan T pada klub olahraga prestasi pencak silat Universitas Negeri Jakarta. Peneliti ingin berupaya mengembangkan alat bantu latihan reaksi dan ketepatan, pada

mata dan bagian tubuh yang melakukan hindaran . Sehingga pesilat dapat menggunakan alat tersebut dengan efektif dan efisien serta dapat digunakan dalam latihan teknik.

C. Identifikasi Masalah

Dari beberapa uraian yang dikemukakan pada latar belakang, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut :

1. Aksi yang baik akan menguntungkan atlet dalam melakukan penyerangan baik melalui tendangan atau pukulan. Selain itu, dengan reaksi yang baik atlet tidak mudah diserang karena cepat tanggap menggunakan tangkisannya.
2. Pada umumnya latihan untuk aksi reaksi pada pencak silat selalu membutuhkan *partner* latihan yang memegang target dengan bertujuan untuk melakukan serangan balik kepada atlet yang sedang berlatih, sehingga atlet selalu bergantung kepada partnernya untuk bisa mendapatkan hasil latihan yang maksimal.
3. Dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi pada zaman ini membawa penulis untuk mengembangkan alat bantu latihan aksi reaksi pada pencak silat kategori tanding.

D. Pembatasan Masalah

Latihan aksi reaksi pada teknik kategori tanding pada umumnya selalu membutuhkan partner latihan untuk memegang target *handbox* sebagai alat untuk menghasilkan aksi reaksi maka dari itu penulis ingin mengembangkan sebuah alat latihan yang berbasis elektrik agar atlet bisa latihan aksi reaksi secara mandiri.

E. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan focus penelitian telah ditemukan diatas, Peneliti akan merumuskan masalah yang ada sebagai berikut: “ Bagaimana

pengembangan alat bantu latihan reaksi dan ketepatan tendangan t pada pencak silat?”

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Dari peneliti yang peneliti lakukan, ada beberapa manfaat yang akan diperoleh, antara lain:

1) Manfaat Teoritis

- Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya penelitian yang telah ada dibidang olahraga khususnya cabang olahraga beladiri sebagai penambah wawasan dalam khasanah ilmu keolahragaan.
- Sebagai ilmu pengetahuan baru bagi fasilitator, pelatih dan juga berbagai perguruan dalam pencak silat tentang alat bantu latihan berbasis elektrik yang lebih efektif dan efisien.
- Bagi peneliti hasil penelitian pengembangan alat bantu ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan diri dalam mempersiapkan profesi menjadi seorang pelatih.

2) Manfaat Praktis

- Bagi atlet pencak silat adalah dapat melatih kecepatan reaksi dan ketepatan tendangan t khususnya dengan alat bantu latihan ini atlet juga dapat latihan mandiri dengan menggunakan alat bantu ini.
- Bagi pelatih adalah dapat menggunakan alat bantu ini untuk memudahkan dalam melatih kecepatan reaksi dan ketepatan tendangan t pada atletnya.
- Bagi masyarakat adalah dapat mengetahui informasi tentang pengembangan alat bantu latihan reaksi berbasis elektrik sebagai media melatih reaksi hindaran.