

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seni beladiri adalah seni untuk pertahanan diri yang dapat digunakan sebagai pengolah tubuh untuk menjaga kesehatan dan penjagaan diri. Menguasai olahraga bela diri, siap secara fisik dan mental, biasanya dari bentuk serangan yang mengancam keselamatan diri (Muhammad Syahril, 2020: 1). Menurut (A.P & Febriyanti.M, 2020) "Pencak silat merupakan salah satu dari seni bela diri warisan dari nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia yang harus dilestarikan, dibina dan dikembangkan". Pencak silat dapat digunakan sebagai sarana untuk membangkitkan dan mengembangkan kesegaran jasmani. Pencak silat menggunakan seluruh bagian tubuh dan anggota badan secara lincah, cepat, dan tepat sasaran, disertai gerak reflek untuk mengatasi lawan (Tatang, 2020)

Pencak silat berarti permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata O'ong Maryono, dalam (Hadi, 2018) Serangan tungkai adalah serangan yang menggunakan tungkai kaki terdiri dari tendangan, sapuan, dengkulan dan guntingan (R. Kotot Slamet Haryadi, 2003). Jadi dapat ditarik kesimpulan teknik dasar serangan tungkai pencak silat merupakan bagian paling bawah dalam belajar serangan tungkai pencak silat seperti tendangan, sapuan dan guntingan.

Di dalam pertandingan olahraga 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 saat pelaksanaan pertandingan pencak silat yang sangat terlihat pada saat pertandingan pencak silat yaitu keindahan kaidah pencak silat dan juga akurasi sasaran pada saat serang bela untuk mengumpulkan poin dengan sebanyak banyaknya. Pada kategori seni terdiri dari beberapa nomor yaitu tunggal, ganda dan regu.

Kategori tanding dalam pencak silat merupakan kategori yang menampilkan dua pesilat dari sudut yang berbeda dimana dua sudut tersebut saling berhadapan (berlawanan) dengan melakukan unsur serangan dan bela, kejuaraan dalam pertandingan pencak silat kategori tanding memiliki tiga babak.

Untuk mencapai prestasi maksimal seorang atlet juga banyak hal yang harus diperhatikan dalam mempersiapkan untuk bertanding seperti fisik, teknik, taktik, dan mental. Artinya dari ke empat kesiapan tersebut itu diharuskan benar-benar dimiliki seorang atlet dengan baik supaya mumpuni dalam bertanding guna meraih target prestasi maksimal dalam suatu pertandingan.

Dalam hal prestasi seorang atlet yang mengikuti cabang olahraga pencak silat harus mengikuti latihan secara tekun dan melatih komponen biomotor yang menunjang prestasinya. Dalam cabang olahraga pencak silat untuk menunjang prestasinya terdapat beberapa komponen biomotor yang harus dimiliki pada kategori tanding.

Hal ini berkaitan erat dengan beberapa teknik serangan yang diperlukan dalam cabang olahraga pencak silat, yaitu serangan tangan, dan serangan tungkai serta kaki. Teknik dasar yang baik akan menguntungkan atlet dalam melakukan penyerangan baik melalui tendangan atau pukulan. Selain itu, dengan teknik dasar yang baik atlet mudah serang lawan karena cepat dan tepat dalam melakukan serangan.

dan di setiap babaknya berdurasi dua menit (bersih/kotor) dimana dalam setiap babak pesilat harus melakukan kontak fisik (menyerang dan bertahan) dengan lawannya. Ditinjau dari teknik Pencak Silat pada teknik serangan terdapat pengembangan. Karakteristik keberhasilan dan penguasaan memiliki tingkat hasil yang baik juga memiliki tingkat kesulitan dalam pelaksanaannya. Namun sebagian besar atlet yang menggunakan teknik ini kurang sempurna.

Dalam masa perkembangan pengetahuan dan teknologi sangat lah cepat berkembang, mulai dari perkembangan keilmuan dan teknologi sampai teknologi yang menunjang sarana dan prasarana dalam pelaksanaan olahraga apalagi saat ini banyak teknologi baru yang mendukung agar atlet dapat berlatih dengan maksimal untuk mencapai prestasi maksimal.

Pengembangan sarana prasarana untuk latihan beladiri pencak silat sudah cukup pesat, namun peneliti melihat pengembangan sarana untuk melatih teknik dasar tendangan khususnya di Indonesia belum ada. Sebagai contoh, belum adanya sarana untuk meningkatkan teknik dasar tendangan sehingga pelatih hanya menggunakan alat bantu tanpa menghitung bentuk tendangan yang benar, yang tepat dan tidaknya dalam melatih teknik dasar tendangan dan pukulan atletnya sehingga pelatih mengalami kesulitan dalam menganalisis bentuk tendangan yang sudah tepat sesuai lintasan tendangan. Selain itu peneliti juga melihat belum adanya modifikasi alat bantu berbasis elektrik diberikan sensor.

Menurut hasil observasi lapangan dan wawancara kepada pelatih pencak silat merpati putih boash bogor, selama ini metode latihan teknik dasar tendangan yang dilakukan di perguruan pencak silat PPS Betako Merpati Putih Boash Bogor belum atau dapat juga dikatakan tidak efektif dan efisien karena masih menggunakan alat sederhana untuk membantu proses latihan teknik dasar tendangan, metode latihan yang masih diterapkan sekarang ini yaitu dengan menggunakan kursi sebagai alat bantu manual yang digunakan oleh pesilat untuk melatih teknik dasar tendangan.

Sering kita temukan teknik dasar serangan tungkai pencak silat yang diajarkan kepada siswa yang hasilnya kurang maksimal. Contohnya pada bentuk tendangan siswa yang peneliti lihat di ekstrakurikuler Pencak Silat Merpati Putih SMP Taruna Terpadu Boash Bogor ditemukan teknik tendangan yang kurang sempurna mulai dari bentuk tendangan, tinggi tendangan, akurasi

tendangan, serta kekuatan otot tungkai pada tendangan mereka yang kurang maksimal.

Dengan demikian peneliti ingin memecahkan masalah yang ada, mengingat betapa pentingnya teknik dasar sebagai penunjang teknik-teknik lainnya. Masalah yang ingin di pecahkan dalam penelitian ini adalah bagaimana upaya meningkatkan keterampilan teknik dasar tendangan dalam pencak silat . Salah satu cara untuk melatih teknik dasar tendangan dengan baik dan benar dapat dilakukan melalui alat bantu. Agar mempermudah siswa dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar tendangan, peneliti mencoba membantu mengatasi kesulitan tersebut melalui alat bantu latihan.

Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti pengembangan alat bantu latihan teknik dasar tendangan berbasis elektrik portabel. Hal ini menjadi objek penelitian, peneliti mengingat aplikasinya dilapangan yang sebenarnya untuk peningkatan kualitas teknik dasar Tendangan tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian pengembangan model *Research and Development* dengan konsep ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation and Evaluation*). Metode penelitian dan pengembangan R&D adalah penelitian yang digunakan untuk menghasilkan rancangan produk baru, menguji keefektifan produk, serta mengembangkan dan menciptakan produk baru. Dengan tujuan untuk mengembangkan alat latihan teknik dasar yaitu membuat pengembangan alat latihan ini menggunakan sistem kinerja yang lebih mudah dikarenakan alat akan menghitung secara otomatis ketika menyentuh sensor dan berbunyi secara otomatis ketika sensor mendeteksi

adanya gerakan yang menyentuh alat tersebut. Berdasarkan permasalahan tersebut penulis tertarik dan menetapkan penelitian skripsi ini dengan judul “Pengembangan Alat Bantu Latihan Teknik Dasar Tendangan Berbasis Elektrik Portabel”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, peneliti memfokuskan pada Pengembangan alat bantu latihan yang bertujuan untuk peningkatan teknik dasar tendangan pencak silat berbasis elektrik portabel pada atlet usia 13-15 tahun .

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang telah ditemukan diatas, maka perumusan masalah dalam pengembangan alat bantu latihan tendangan berbasis elektrik portabel ini adalah “Bagaimana pengembangan alat bantu latihan teknik dasar tendangan pencak silat berbasis elektrik portabel pada atlet usia 13-15 tahun”

D. Kegunaan hasil penelitian

1) Manfaat Teoritis

- Untuk mengembangkan alat bantu latihan teknik dasar tendangan berbasis elektrik portabel
- Memberi pandangan kepada para pelatih dalam penggunaan alat bantu
- Memberi wawasan kepada umum bahwa alat bantu latihan sangat di butuhkan.
- Memberi suatu sumbangan pengetahuan, gagasan, dan pikiran yang

dapat dijadikan pedoman bagi pelatih serta atlet Pencak Silat.

- Untuk meminimalisir kesalahan teknik yang nantinya akan berakibat fatal.

2) Manfaat Praktis

- Bagi atlet pencak silat adalah dapat menjaga dan melatih teknik dasar tendangan khususnya dengan alat bantu latihan ini
- Bagi pelatih adalah dapat menggunakan alat bantu ini untuk memudahkan dalam melatih teknik dasar tendangan untuk atletnya
- Bagi masyarakat adalah dapat mengetahui informasi tentang pengembangan alat bantu latihan teknik dasar berbasis elektrik sebagai media melatih teknik dasar tendangan.

