

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat.

Selain itu olahraga juga bagian dari program pembangunan manusia yang seutuhnya, yang mana olahraga harus diselenggarakan secara bertahap, berjenjang, dan berkesinambungan mulai dari usia dini hingga dewasa. (Dianti, 2017)

Pencak silat merupakan salah satu olahraga tradisional bangsa Indonesia yang harus dilestarikan. Pengertian pencak silat memiliki suatu pengertian yang sangat luas dan memiliki fungsi yang jelas, diantaranya adalah bahwa pencak silat sebagai alat untuk beladiri, sebagai wahana spiritual, sebagai pertunjukan atau kesenian, dan sebagai sarana untuk membela bangsa nilai-nilai positif yang terkandung dalam pencak silat (Kholis, 2016) serangan teknik jatuhan dengan cara menarik dalam pencak yang digunakan pada saat bertanding ingin menjatuhkan lawan. Jadi dapat disimpulkan Teknik jatuhan dengan tarikan ini dapat digunakan secara langsung dan tidak langsung dengan satu tangan sampai lawan terjatuh atau bagian tubuh lawan menyentuh matras.

Pencak silat terapat dua kategori dalam nomor yang dipertandingkan yaitu kategori tanding dan seni. Selain itu khusus nya kategori tanding dipertandingkan

3 babak dengan waktu 1-2 menit per ronde dengan sesuai kelas berat badan A – J dimulai dengan 39kg – 87kg.

Kategori tanding dalam pencak silat ini menampilkan dua pesilat dari sudut yang berbeda dimana dua sudut tersebut berhadapan atau berlawanan dengan unsur serangan dan bela.

Untuk mencapai titik maksimal seorang atlet juga banyak hal yang harus diperhatikan dalam mempersiapkan semua hal untuk bertanding seperti fisik, teknik, taktik dan mental. Artinya dari ke empat point yang disebutkan itu harus benar – benar dimiliki oleh seorang atlet supaya mumpuni dalam bertanding untuk meraih pencapaian prestasi maksimal dalam suatu pertandingan.

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

Hal ini sangat penting dan berkaitan erat pada teknik - teknik pencak silat yang diperlukan dalam cabang olahraga pencak silat, yaitu teknik pukulan, teknik tendangan, dan teknik jatuhan. Selain itu yang perlu diperhatikan dengan adanya peraturan tahun 2022 revisi 2023 (hasil POKJA) yang diperbolehkan untuk menjatuhkan lawan dengan cara menarik langsung dengan satu tangan pada sasaran yang ditentukan pada aturan sampai lawan terjatuh menyentuh matras.

Teknik jatuhan dengan tarikan ini terdapat pengembangan untuk menjatuhkan lawan harus dengan tingkat keberhasilan dan penguasaan teknik dengan baik juga memiliki tingkat kesulitan dalam pelaksanaannya. Namun Sebagian besar atlet

menggunakan teknik ini kurang sempurna dalam segi keberhasilan untuk menjatuhkan lawan.

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

Pembuatan sarana dan prasarana untuk latihan pencak silat sudah cukup pesat, namun peneliti melihat sarana dan prasarana untuk melatih teknik jatuhan dengan tarikan ini di persaudaraan setia hati terate jakarta timur ini ranting pasopati belum ada. dengan ini adanya sarana untuk meningkatkan latihan teknik jatuhan dan keberhasilan dengan menjatuhkan dengan menarik yang tepat.

Menurut hasil observasi lapangan dan wawancara kepada pelatih pencak silat persaudaraan setia hati terate jakarta timur ranting pasopati, selama ini metode latihan jatuhan dengan menarik ini hanya dengan lawan patner yang sangat beresiko pada atlet rawan cedera.

Dengan demikian peneliti ingin memecahkan masalah yang ada mengingat betapa pentingnya terhadap resiko cedera pada saat latihan. Masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ini adalah bagaimana upaya meningkatkan latihan dengan mengurangi resiko cedera pada atlet saat latihan. Salah satu cara untuk melatih teknik jatuhan dengan tarikan dengan baik dan benar dapat dilakukan melalui alat bantu. Agar mempermudah atlet dalam latihan dan mengurangi tingkat

resiko cedera pada saat latihan, peneliti mencoba membantu mengatasi kesulitan tersebut melalui alat bantu latihan.

Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti pengembangan alat bantu latihan teknik jatuhan dengan tarikan pada kategori tanding usia remaja. Hal ini menjadi objek penelitian, peneliti mengingat aplikasi saat dilapangan ditingkat keberhasilan dalam menjatuhkan lawan dengan menarik. Metode penelitian ini 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 menciptakan suatu produk baru agar dapat lebih mudah dan tingkat keberhasilan dalam mengaplikasikan melakukan latihan teknik jatuhan dengan tarikan pada kategori tanding tersebut. Berdasarkan permasalahan tersebut penulis tertarik dan menetapkan penelitian skripsi ini dengan judul “Pembuatan Alat Bantu Latihan Teknik Jatuhan Dengan Tarikan Pencak Silat Pada Kategori Tanding”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, penelitian memfokuskan pada Pembuatan alat bantu latihan yang bertujuan untuk peningkatan teknik jatuhan dengan tarikan pencak silat pada kategori tanding khususnya di usia remaja.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan focus penelitian yang telah ditemukan diatas, maka perumusan masalah dalam pengembangan alat bantu latihan teknik jatuhan dengan tarikan pencak silat pada kategori tanding ini adalah “Bagaimana Pembuatan alat bantu latihan teknik jatuhan dengan tarikan pencak silat kategori tanding”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1) Manfaat Teoritis

- a. Untuk Mengembangkan alat bantu latihan teknik jatuhan dengan tarikan pencak silat pada kategori tanding
- b. Memberikan wawasan kepada umum bahwa alat bantu latihan ini sangat di butuhkan
- c. Memberi suatu sumbangan pengetahuan gagasan dan pikiran yang dapat dijadikan pedoman bagi pelatih serta atlet pencak silat
- d. Untuk meminimalisir kesalahan teknik yang nantinya akan berakibat fatal
- e. Memberikan pandangan kepada para pelatih dalam penggunaan alat bantu

2) Manfaat Praktis

- a. Bagi atlet pencak silat adalah dapat menjaga dan melatih proses teknik jatuhan dengan tarikan pencaksilat khususnya dengan alat bantu latihan ini

- b. Bagi para pelatih adalah dapat menggunakan alat bantu latihan ini untuk mempermudah melatih teknik jatuhan dengan tarikan pencak silat
- c. Bagi masyarakat adalah dapat mengetahui informasi tentang alat bantu latihan teknik jatuhan dengan tarikan pencak silat sebagai media melatih teknik tersebut.

