

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia tidak bisa lepas dari pengaruh teknologi yang telah begitu pesat perkembangannya, dengan adanya teknologi segala aspek kehidupan dapat dengan mudah dijalani. Banyak berbagai kebutuhan manusia yang terbantu dengan adanya teknologi, seperti internet yang dapat digunakan untuk mengakses informasi dengan cepat, televisi sebagai media hiburan keluarga, toko online yang berguna untuk belanja segala macam kebutuhan tanpa harus keluar rumah, dan tentu masih banyak lagi produk-produk dari hasil teknologi yang dapat membantu dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam dunia olahraga, teknologi telah memberikan banyak manfaat, dan manfaatnya akan terus berkembang di masa depan. Teknologi dapat membantu bagi setiap pelaku olahraga, seperti halnya teknologi dapat membantu untuk meningkatkan performa atlet, meningkatkan keputusan wasit dan official, meningkatkan pengalaman penonton, dan meningkatkan manajemen olahraga. Contohnya pada sepak bola dengan teknologi VAR (*Video Assistant Referee*) yang sangat membantu wasit pada saat dibutuhkan untuk memberikan keputusan (Salam *et al.*, 2021), Teknologi *Hawk-Eye* yang digunakan pada cabang olahraga tenis berfungsi sebagai penentu apakah bola berada di dalam atau di luar garis (Singh Bal & Dureja, 2012), dan teknologi yang ada pada Taekwondo yang menggunakan PSS (*Protector Scoring System*) yang membantu penilaian agar lebih akurat dan objektif (Yudo & Subagiyo, 2022).

Pencak silat adalah salah satu olahraga beladiri yang lahir dan berkembang di Indonesia. Pencak silat adalah bagian dari cabang olahraga prestasi yang dalam sejarahnya telah diperlombakan di ajang *multi event* tertinggi tingkat asia yaitu ASIAN GAMES pada tahun 2018 di Jakarta-Palembang. Cabang olahraga pencak silat juga sering kali menjadi tumpuan utama untuk perolehan medali bagi kontingen Indonesia di setiap *multi event* internasional seperti *Sea Games*, *Asean University Games* dan *Asean School Games*.

Pencak silat adalah olahraga beladiri yang memperagakan kemampuan bertanding satu lawan satu dan kemampuan menampilkan gerakan jurus baku. Olahraga pencak silat juga mengharuskan atletnya memiliki komponen fisik yang lengkap, salah satunya koordinasi. Dalam pencak silat kategori tanding, atlet diharuskan mempunyai kemampuan koordinasi yang bagus karena atlet harus bisa menyerang dan bertahan terhadap serangan lawan dan memanipulasinya untuk mendapatkan poin.

Berdasarkan hasil observasi lapangan dan wawancara terhadap pelatih PSHT Cabang Khusus TMII Jakarta Timur, fokus pengamatan peneliti bahwa kegiatan latihan pencak silat masih berlangsung secara konvensional, dan kurangnya fasilitas penunjang untuk latihan. Khususnya latihan teknik koordinasi tendangan. Alat bantu sangat perlu untuk digunakan sebagai penunjang latihan sehingga hal ini dapat mempengaruhi keefektifan dalam latihan.

Atlet pencak silat membutuhkan koordinasi yang baik untuk bisa melancarkan tendangan sabit secara efektif. Beberapa penelitian dan pengalaman di lapangan menunjukkan bahwa latihan tendangan sabit secara konvensional

terkadang belum cukup optimal. Hal inilah yang melatar belakangi pengembangan alat bantu latihan koordinasi tendangan sabit. Dan juga meninjau bahwa sampai saat ini belum ada alat bantu yang memiliki fungsi untuk melatih kemampuan koordinasi, pada khususnya untuk koordinasi tendangan sabit.

Maka dari itu sangat dibutuhkan adanya alat bantu latihan koordinasi tendangan sabit untuk melatih gerakan yang realistis dan dinamis. Alat yang diciptakan adalah berupa samsak yang memiliki fungsi sebagai alat simulasi gerakan koordinasi ke arah kanan dan ke arah kiri. Dengan alat bantu tersebut, diharapkan para atlet atau pesilat dapat berlatih meningkatkan koordinasi tendangan sabit dengan lebih efisien dan terarah.

B. Fokus penelitian

Mengacu pada latar belakang masalah di atas maka fokus penelitian ini adalah untuk mengembangkan alat bantu latihan koordinasi tendangan sabit pada atlet kategori tanding pada perguruan pencak silat. Alat bantu latihan tersebut dapat digunakan untuk latihan teknik koordinasi tendangan sabit secara efektif dan efisien.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada fokus penelitian, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut: "Bagaimana pengembangan alat bantu latihan koordinasi tendangan sabit pada pencak silat kategori tanding?"

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, alat bantu yang peneliti ciptakan dapat memberikan berbagai manfaat sebagai berikut:

1) Manfaat Teoritis:

- a) Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian ilmiah pada bidang olahraga khususnya pencak silat.
- b) Sebagai inovasi baru bagi pelaku pencak silat tentang pengembangan alat bantu latihan yang terkini.
- c) Penelitian pengembangan alat bantu ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti sendiri dalam mempersiapkan profesi menjadi seorang ahli pencak silat.

2) Manfaat Praktis:

- a) Bagi atlet pencak silat adalah dapat digunakan sebagai alat latihan yang membantu melatih koordinasi mata, kaki dan tangan dalam melakukan serangan.
- b) Bagi seorang pelatih adalah dapat digunakan sebagai bahan latihan terbaru untuk melatih koordinasi tendangan sabit pada atlet.
- c) Bagi masyarakat umum adalah supaya dapat mengenal adanya alat bantu latihan terbaru yang dapat digunakan oleh para atlet pencak silat