

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pencak silat adalah suatu seni bela diri tradisional yang berasal dari Indonesia. Seni bela diri ini secara luas dikenal di Indonesia dan sudah lama pula diperkenalkan di Malaysia, Brunei, Singapura, Filipina Selatan, dan Thailand Selatan. Berkat peranan para pelatih yang berasal dari Indonesia, kini Vietnam juga telah memiliki pesilat-pesilat yang tangguh. Induk organisasi pencak silat di Indonesia adalah Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI). Organisasi yang mewadahi federasi-federasi pencak silat di berbagai negara adalah Persekutuan Pencak Silat Antara Bangsa (Persilat), yang dibentuk oleh Indonesia, Singapura, Malaysia dan Brunei Darussalam. (Lihawa dkk., 2022)

Istilah silat dikenal secara luas di Asia Tenggara, akan tetapi khusus di Indonesia istilah yang digunakan adalah pencak silat. Istilah ini digunakan sejak 1948 untuk mempersatukan berbagai aliran seni bela diri tradisional yang berkembang di Indonesia. Nama "pencak" digunakan di Jawa, sedangkan "silat" digunakan di Sumatra, Semenanjung Malaya dan Kalimantan. Dalam perkembangannya, kini istilah "pencak" lebih mengedepankan unsur seni dan penampilan keindahan gerakan, sedangkan "silat" adalah inti ajaran bela diri dalam pertarungan. (Akbar dkk., 2021)

Pencak silat di Indonesia jaman sekarang sudah sangat jauh berkembang dibandingkan pada jaman 90-an yang masih menyokong konsep tradisi dan spiritual tanpa adanya ilmu pengetahuan. Dengan ilmu pengetahuan, pencak silat sudah sangat diminati oleh berbagai kalangan khususnya kalangan milenial atau usia remaja (Munas Ipsi, 2012).

Pencak Silat memiliki 2 kategori dalam pertandingan, yaitu; kategori tanding dan kategori seni, kategori seni juga dibagi menjadi 3 bagian, yakni; seni tunggal, ganda, dan regu. Kategori tanding adalah kategori dalam pencak silat yang menampilkan dua orang pesilat yang saling beradu teknik dan strategi untuk mendapatkan poin sebanyak banyaknya. Kategori tanding diawali dari kelas teringan yaitu kelas A dengan berat 45kg – 50kg sampai kelas terberat yang pernah di pertandingan yaitu kelas J dengan berat 90kg – 95kg (Munas Ipsi, 2012).

Pada kategori tanding ada beberapa macam teknik dasar pukulan, tendangan dan bantingan yakni; pukulan depan, tendangan lurus, tendangan sabit, tendangan T, tendangan belakang, bantingan dalam, dan bantingan luar. Taktik dalam pencak silat terbagi menjadi dua macam yaitu; taktik menyerang terhadap lawan untuk mendapatkan poin/nilai dan taktik bertahan untuk mengamankan poin/nilai yang telah diraih.

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.

Pengembangan sarana prasarana untuk latihan beladiri pencak silat sudah cukup pesat, namun peneliti melihat pengembangan sarana untuk melatih reaksi serangan pencak silat khususnya di Indonesia belum ada. Sebagai contoh, belum adanya sarana untuk melatih reaksi serangan sehingga atlet 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.

Alat olahraga adalah sebuah benda untuk berlatih dan memiliki banyak bentuk dan ukuran tergantung penggunaan dan jenis cabang olahraganya. Pada cabang olahraga pencak silat sendiri membutuhkan alat untuk berlatih seperti pecing dan samsak gantung. Untuk melatih reaksi serangan juga dapat menggunakan suara, tepokan atau lampu sebagai alat untuk merangsang reaksi pada atlet.

Menurut hasil observasi dan wawancara terhadap atlet dan pelatih di klub olahraga prestasi Universitas Negeri Jakarta, bahwa masih kurangnya alat untuk melatih aksi reaksi dan juga reaksi serangan yang belum cukup baik/sepurna pada atlet pencak silat klub olahraga prestasi Universitas Negeri Jakarta. Dengan demikian peneliti ingin memecahkan masalah yang ada, mengingat betapa pentingnya aksi reaksi dalam pencak silat di peraturan yang sekarang. Masalah yang ingin di pecahkan dalam penelitian ini adalah bagaimana upaya melatih reaksi serangan dalam pencak silat kategori tanding menggunakan alat bantu agar mempermudah atlet dalam melatih reaksi serangan dan meminimalisir resiko cedera karena tidak ada *body contact* dengan patnernya.

Berdasarkan data dan latar belakang masalah yang telah dikaji oleh peneliti, secara karakteristik cabang olahraga pencak silat sangat membutuhkan aksi reaksi yang baik, apalagi dengan peraturan yang sekarang di kategori tanding dibutuhkan aksi reaksi dalam mengantisipasi gerakan dan serangan lawan terhadap atlet, peneliti ingin melakukan penelitian yaitu pembuatan alat bantu latihan reaksi serangan pada cabang olahraga pencak silat. Maka dari itu, peneliti akan menyusun sebuah penelitian dengan judul.

**“Pembuatan Alat Bantu Latihan Reaksi Serangan Menggunakan
Sniper Ball Reaction Pada Pencak Silat Kategori Tanding”**

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ditemukan diatas, maka peneliti memfokuskan pada pembuatan model alat bantu latihan yang bertujuan untuk melatih reaksi serangan dalam cabang olahraga pencak silat kategori tanding.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian telah ditemukan diatas, maka peneliti akan merumuskan masalah yang ada sebagai berikut:

“Bagaimana Model Pembuatan Alat Bantu Latihan Reaksi Serangan Menggunakan Sniper Ball Reaction Pada Pencak Silat Kategori Tanding?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Dapat meningkatkan kualitas gerak pada saat melakukan latihan sehingga lebih efektif dalam meningkatkan performa atlet pada saat latihan.
2. memberikan suasana baru untuk berlatih, sehingga atlet merasa bersemangat dan tidak membosankan.
3. Meminimalisir resiko cedera pada atlet, karena tidak ada *body contact* dengan partner nya.

4. Merupakan inovasi baru dari teknologi berupa alat bantu otomatis untuk latihan serang hindar dalam pencak silat. Sebagai bentuk dukungan untuk kemajuan sarana dan prasarana pencak silat.

5. Menambah wawasan pengetahuan untuk para akademisi olahraga, agar terus berkarya sebagai bentuk implementasi dari proses pendidikan dan kemajuan teknologi untuk industri olahraga di Indonesia. Dengan menciptakan sebuah bentuk produk baru dalam dunia olahraga, sehingga dapat dijadikan komoditas bisnis baru.

