

# **BAB I**

## **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. Maksud dan tujuan pelajaran bela diri kepada peserta didik yaitu, agar peserta didik mengenal olahraga beladiri dan mampu membela dirinya apabila mendapat gangguan yang membahayakan dirinya. Dalam latihan cabang olahraga bela diri pencak silat diajarkan macam-macam teknik dasar pencak silat, yaitu: Teknik yang perlu dikembangkan dalam pencak silat meliputi: langkah dan pola langkah, sikap pasang dan pengembangan, teknik bela, teknik serangan, teknik jatuhan dan, teknik kunci.

Pencak silat pada hakikatnya adalah substansi dan sarana pendidikan mental spiritual dan pendidikan jasmani untuk membentuk manusia yang mampu menghayati dan mengamalkan ajaran falsafah budi pekerti luhur (Kriswanto, 2015) Pencak silat merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia, di mana sangat diyakini oleh para pendekarnya serta para pakar pencak silat bahwa masyarakat melayu pada saat itu menciptakan dan mempergunakan ilmu bela diri ini sejak masa prasejarah. Karena pada saat itu manusia harus menghadapi alam yang keras dengan tujuan mempertahankan kelangsungan hidup (*Survive*) dengan melawan binatang ganas dan berburu yang pada akhirnya manusia mengembangkan gerak – gerak beladiri (Lubis & Wardoyo, 2016). Pencak silat berarti permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang dan membeladiri, baik dengan ataupun tanpa senjata (Hausal, Lubis, & Puspitorini, 2018). Terdapat empat aspek pencak silat : (1) pencak silat sebagai mental-spiritual, (2) pencak silat sebagai beladiri, (3) pencak silat sebagai seni, (4) pencak silat sebagai olahraga (Mulyana, 2013). Ciri umum pencak silat Indonesia adalah : a) pencak silat mempergunakan seluruh bagian tubuh dan anggota badan, b) pencak silat tidak memerlukan senjata tertentu, benda apapun dapat dijadikan senjata seperti kayu, batu, pasir, payung, sapu tangan, tas, tusuk konde, sandal, dan

sebagainya, c) pencak silat lahir dan tumbuh serasi dengan alam sekitarnya, alat istimewa, adat sopan satun, tempramennya atau watak, dan kepribadian suku bangsanya, agama atau kepercayaan dan kebatinannya.

Pencak silat merupakan budaya asli Indonesia dan saat ini terus berkembang, baik secara regulasi maupun organisasi (Muhamad, Memet; Haqiyah, Aridhotul; Riyadi, 2019). Pencak silat merupakan salah satu cabang olahraga beladiri yang perlu mendapatkan pembinaan dan kemudian dikembangkan menjadi cabang olahraga prestasi yang lebih digemari (Haqiyah, 2019).

Perkembangan pencak silat saat ini dapat dibuktikan dengan banyaknya kejuaraan, mulai dari SD, SMP, SMA, dan Perguruan Tinggi. Dari tingkat daerah, Nasional hingga Internasional seperti KOSN, POPPROV, POPNAS, PON, POPNAS, POMNAS, *Asean University Games*, *Sea Games*, *Asian Games*, *Asian Beach Games*, *Martial Art Games* dan *World Championship*

Kejuaraan pelajar yang banyak diselenggarakan oleh berbagai macam event dan sekolah, maka akan meningkatkan jumlah atlet yang berpartisipasi, sehingga akan muncul bibit-bibit bangsa yang unggul dan berpotensi. Banyaknya penyelenggaraan kejuaraan Pencak Silat di Indonesia juga menjadi bukti bahwa olahraga ini memiliki perkembangan yang semakin maju. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya kejuaraan-kejuaraan Pencak Silat mulai dari tingkat sekolah, tingkat perguruan tinggi, tingkat daerah, tingkat nasional maupun tingkat internasional. Untuk itu perlu diimbangi dengan pola pembinaan dan program pelatihan yang baik dan benar.

Salah satu tempat dimana peserta didik dapat melakukan aktivitas olahraga, tempat belajar, dan melakukan kegiatan olahraga diluar jam belajar formal melalui kegiatan latihan di ekstrakurikuler Pencak Silat. Ekstrakurikuler Pencak Silat yang difasilitasi adalah untuk mengembangkan bakat dan minat serta teknik dasar sehingga akan timbul kemandirian percaya diri dan kreatifitas, yang merupakan potensi sumber daya manusia yang perlu dibina dan dikembangkan. Berawal dari

sinilah muncul bibit olahragawan yang tidak akan habis apabila program olahraga di lembaga pendidikan secara keseluruhan dapat dilaksanakan sebaik-baiknya.

Teknik dasar merupakan sistem atau cara melakukan suatu gerakan dasar. Teknik dasar mempunyai peranan yang sangat besar dalam membentuk teknik-teknik khusus lainnya karena teknik dasar merupakan pondasi awal. Untuk membentuk seorang atlet yang handal diperlukan teknik dasar yang bagus, untuk itu teknik dasar harus dilakukan dengan benar, agar tidak terjadi kesalahan yang berkelanjutan.

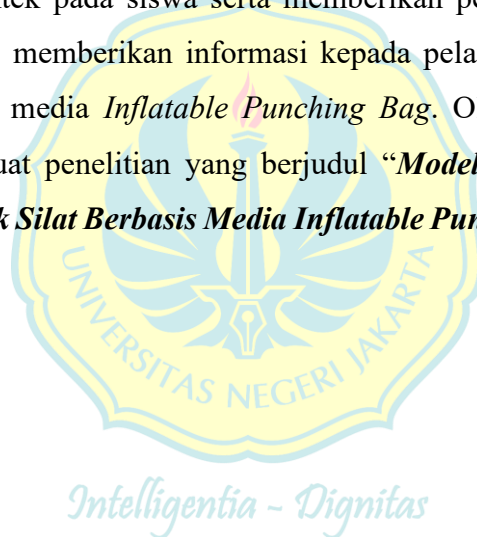
Adapun teknik dalam Pencak Silat yaitu: (1) kuda-kuda; (2) sikap pasang; (3) langkah; (4) teknik belaun; (5) teknik pukulan; (6) teknik tendangan; (7) teknik jatuhan; (8) teknik tangkapan; (9) teknik bantingan; (10) teknik dasar tahanan terhadap bantingan. (Johansyah, Pencak Silat, 2016).

Pada siswa ekstrakurikuler Pencak Silat SMP penulis menemukan kendala dalam melakukan teknik dasar. Kendala yang ditemui adalah pada teknik dasar jatuhan yaitu sapuan tegak. Teknik sapuan tegak ialah serangan menyapu kaki dengan kenaan telapak kaki kearah bawah mata kaki, lintasannya dari luar ke dalam, bertujuan menjatuhkan lawan. (Johansyah Lubis, 2016 :48) Teknik sapuan tegak adalah teknik yang paling sering digunakan pesilat untuk mendapatkan point nilai tertinggi yaitu mendapatkan point nilai 3 dalam pertandingan. Maka dari itu teknik ini sangatlah penting dalam setiap pertandingan karena dapat membantu hasil pertandingannya. Namun sebagian besar atlet yang menggunakan teknik ini tidak efektif dan kurang tepat pada sasaran yang disebabkan teknik sapuan tegak yang kurang tepat sehingga sering kali sapuan ini mudah diantisipasi oleh lawan bahkan mudah untuk di ketahui lawan.

Mengingat betapa pentingnya teknik tersebut dan untuk mencapai keberhasilan siswa maka peneliti berupaya untuk memecahkan masalah yang ada pada siswa ekstrakurikuler Pencak Silat SMP. Masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ialah bagaimana upaya untuk meningkatkan keterampilan sapuan tegak. Salah satu cara untuk melatih sapuan tegak dengan baik dan benar dapat dilakukan dengan

media. Agar mempermudah siswa dalam meningkatkan sapuan tegak, peneliti mencoba membantu mengatasi kesulitan tersebut dengan media. *Inflatable Punching Bag* merupakan variasi samsak yang berisikan udara yang dirancang khusus untuk memfasilitasi latihan bela diri dirumah untuk kategori remaja maupun dewasa.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti upaya meningkatkan sapuan tegak. Peneliti ingin meneliti upaya meningkatkan sapuan tegak dengan media sebagai alat bantu latihan. Hal ini menjadi objek penelitian, peneliti mengingat aplikasinya dilapangan yang sebenarnya untuk peningkatan kualitas model keterampilan sapuan tegak tersebut. Dengan tujuan adanya peningkatan pemahaman dan praktek pada siswa serta memberikan pendekatan latihan yang efektif juga sekaligus memberikan informasi kepada pelatih lain tentang latihan sapuan tegak dengan media *Inflatable Punching Bag*. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk membuat penelitian yang berjudul “***Model Keterampilan Teknik Sapuan Tegak Pencak Silat Berbasis Media Inflatable Punching Bag Pada Siswa SMP***”



## **B. Fokus penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang ini memfokuskan bentuk model keterampilan teknik sapuan tegak berbasis media *Inflatable Punching Bag*. Penelitian ini berupaya mengembangkan teknik sapuan tegak pada siswa SMP, sehingga dapat menarik minat siswa dalam proses latihan teknik sapuan tegak pada saat mengikuti latihan ekstrakurikuler pencak silat.

## **C. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana model keterampilan teknik sapuan tegak Pencak Silat berbasis media *Inflatable Punching Bag* ?

## **D. Kegunaan hasil penelitian**

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dilihat berdasarkan rumusan permasalahan diatas maka manfaat dapat dirincikan sebagai berikut :

- 1) Manfaat Teoritis
  - a) Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya penelitian yang telah ada di bidang olahraga. khususnya cabang olahraga beladiri Pencak silat sebagai penambah wawasan dalam khasanah ilmu pendidikan jasmani.
  - b) Sebagai ilmu pengetahuan baru bagi pendidik serta pelatih tentang model keterampilan teknik sapuan tegak pencak silat berbasis media *Inflatable Punching Bag* yang lebih efektif dan efisien.
  - c) Bagi peneliti hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan diri dalam mempersiapkan profesi menjadi seorang pendidik.

2) Manfaat Praktis:

- a) Dapat meningkatkan kualitas sapuan tegak pada siswa/siswi ekstrakurikuler pencak silat.
- b) Dapat menumbuhkan semangat anak untuk melakukan latihan sapuan tegak pencak silat.
- c) Dapat menjadi rekomendasi untuk guru atau pelatih sebagai contoh model keterampilan teknik sapuan tegak pencak silat berbasis media *Inflatable Punching Bag*



*Intelligentia - Dignitas*