

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga pencak silat merupakan salah satu olahraga beladiri yang diwarisi secara turun temurun di Indonesia. Pada awalnya Pencak silat hanya merupakan salah satu cara untuk membela diri. Pencak silat menurut kamus besar Indonesia terbitan balaipustaka yang berarti, permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, mengelak dan sebagainya. Silat diartikan sebagai olahraga (beladiri) yang di dasari ketangkasan menyerang dan mempertahankan diri, baik dengan senjata atau pun tidak menggunakan senjata. Sedangkan pencak silat bermakna, kepandaian bertarung dalam pertandingan (atau perkelahian) seni bela diri khas pencak silat budaya indonesia. Latihan untuk cabang olahraga pencak silat diajarkan macam - macam teknik dasar pencak silat. Johansyah mengatakan: teknik yang oerlu dikembangkan dalam pencak silat meliputi: (1) Langkah dan pola langkah (2) sikap pasang dan pengembangan, (3) teknik belaan (4) teknik jatuhan (5) teknik serangan (6) teknik kunciian. Keterampilan pencak silat yang dibutuhkan dalam pencak silat memang memiliki ciri khas atau karakteristik tersendiri jika dibandingkan dengang cabang olahraga bela diri lainnya, mengingat pencak silat merupakan budaya bangsa yang hingga saat ini unsur 'seni' dan 'budaya' masih terus dipertahankan sesuai dengan kategorinya.

Pencak silat pada umumnya terdiri dari beberapa kategori. Diantaranya kategori tarung atau wiralaga dan seni. Kategori seni terdapat beberapa nomor pertandingan yaitu Tunggal,Ganda,Regu. Untuk kategori tarung terdapat beberapa nomor kelas tandingnya yang disesuaikan dengan berat badan. Seiring perkembangan zaman dan waktu, pencak silat kini bukan hanya sekedar membela diri namun berkembang menjadi salah satu olahraga beladiri untuk meraih prestasi yang dipertandingkan dalam event wilayah,daerah, nasional,maupun internasional. Semakin banyaknya kejuaraan olahraga pencak silat yang diselenggarakan, maka dari itu, banyak hal yang harus di perhatikan lagi dalam membentuk seorang pesilat yang brprestasi. Dalam pertandingan olahraga pencak silat terdapat nilai nilai yang dihitung bedasarkan teknik yang digunakan, seperti teknik pukulan ,tendangan,permainan bawah,serta teknik jatuhan. Teknik seperti sapuan bawah tersebut tidak jarang digunakan oleh para siswa untuk memperoleh poin, siswa yang mempunyai teknik dasar dan kemampuan keterampilan gerak sapuan bawah dengan benar,cepat dan timing yang tepat, maka secara mudah akan mendapatkan poin..

Teknik sapuan bawah merupakan teknik yang menggunakan kaki dengan perkenaannya telapak kaki ke arah bawah mata kaki, lintasannya dari luar ke dalam, bertujuan menjatukan. baik kaki kanan maupun kiri. Teknik ini sangatlah penting dalam setiap pertandingan karena dapat membantu hasil pertandingannya. Namun sebagian besar siswa yang menggunakan teknik ini tidak efektif dan kurang tepat pada

sasaran yang disebabkan teknik sapuan bawah yang kurang tepat sehingga sering kali sapuan ini mudah diantisipasi oleh lawan bahkan mudah untuk di ketahui lawan.

Mengingat betapa pentingnya teknik tersebut maka dari itu peneliti berupaya memecahkan masalah yang ada. Masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ialah bagaimana upaya meningkatkan keterampilan sapuan bawah. Peneliti akan menggunakan model latihan sapuan bawah menggunakan sasaran media bola sehingga masalah akan lebih mudah di serap dan di ikutin dengan siswa khususnya pra remaja.

Bedasarkan pengamatan di lapangan bagi peneliti para siswa ekstrakurikuler di SMPN 114 Jakarta memiliki tingkat kesulitan untuk melakukan teknik sapuan bawah dengan benar. Rata rata siswa melakukan kesalahan dalam hal penempatan kaki pada jarak tembak sasaran yang kurang tepat, jatuhnya tubuh yang salah, posisi yang tidak seimbang, dan sapuan kaki yang tidak tepat pada bola sesuai dengan yang di anjurkan.

Alat bantu merupakan salah satu media dalam latihan yang berperan penting untuk mencapai tujuan latihan. Melalui alat bantu yang digunakan dalam latihan akan mudah dipahami oleh siswa serta lebih menarik.

Deskripsi diatas menjadi alasan untuk penulis untuk melakukan penelitian, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana sapuan bawah dengan sasaran media bola dalam sapuan bawah meningkatkan keterampilan sapuan bawah pencak silat pada siswa ekstrakurikuler SMPN 114 JAKARTA

B. Fokus Penelitian

Bedasarkan latar belakang yang berkaitan dengan penelitian ini. Peneliti memfokuskan penelitian pada teknik sapuan bawah. Dalam hal ini peneliti ingin berupaya meningkatkan keterampilan sapuan bawah pada siswa ekstrakurikuler pencak silat di SMPN 114 Jakarta. Peneliti akan menggunakan Model Latihan sapuan bawah dengan sasaran bantu bola untuk meningkatkan keterampilan sapuan bawah.

C. Perumusan Masalah

Bedasarkan latar belakang masalah, Identifikasi masalah dan pembatasan masalah pada penelitian ini, maka dapat dirumuskan sebagai berikut : “ apakah latihan menggunakan media bola dapat meningkatkan teknik sapuan bawah pada siswa ekstrakurikuler pencak silat SMPN 114 Jakarta.”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi suatu pemikiran dan informasi bagi pihak – pihak yang terkait. Adapun tujuan penelitian ini, yaitu :

- a. Bagi Peneliti
 1. Untuk mengetahui peningkatan teknik dasar sapuan bawah melalui media *bola*
 2. Dapat meningkatkan kualitas proses peningkatan kualitas
- b. Bagi siswa
 1. Dapat meningkatkan motivasi dan hasil latihan sapuan bawah
- c. Bagi Pelatih
 1. Memberikan suatu pengetahuan dan pikiran
 2. Dapat disajikan sebagai masukan para pelatih dalam melatih sapuan bawa

