

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.

Olahraga merupakan kegiatan yang dapat memberikan kesehatan pada tubuh manusia. Olahraga juga merupakan suatu kegiatan untuk memenuhi kebutuhan biologis manusia untuk mengembangkan kesehatan tubuh manusia yang bersifat menyeluruh, baik dalam hal pembentukan keterampilan hidup, keterampilan sosial, keterampilan berpikir, prestasi dan penghayatan nilai-nilai moral manusia. Sehingga olahraga bukan hanya sekedar hobi, tetapi sudah menjelma menjadi suatu kebutuhan.

Pada masa sekarang ini olahraga juga bisa memberikan pengaruh terhadap citra suatu bangsa. Setiap bangsa di seluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam kegiatan olahraga, karena prestasi olahraga yang baik akan meningkatkan citra daerah bangsa di dunia internasional. Artinya olahraga yang dikembangkan oleh suatu daerah hingga mendapatkan suatu prestasi akan menjadi ciri khas untuk daerah tersebut.

Pencak silat merupakan salah satu warisan budaya Indonesia yang harus dilestarikan karena pencak silat merupakan salah satu alat pemersatu bangsa dan identitas bangsa Indonesia. Identitas bangsa harus dimiliki oleh setiap negara, karena dengan adanya identitas bangsa memiliki ciri khas sendiri yang tidak dimiliki oleh bangsa lain. Budaya Kewarganegaraan inilah yang menopang warga negaranya untuk bisa memunculkan identitas diri sebagai warga negara. Identitas diri warga negara

dapat berubah menjadi budaya yang merekam sesuatu untuk membangun aspek pendidikan, perekonomian dan kesejahteraan masyarakat untuk mewujudkan persatuan kebangsaan Negara Indonesia.

Pencak silat merupakan permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan keahlian menangkis, menyerang serta membela diri menggunakan ataupun tanpa senjata. Jurus-jurus pada beladiri pencak silat tidak hanya dilakukan dengan tangan kosong, melainkan juga bisa menggunakan senjata jenis tertentu. Pada awalnya pencak silat digunakan sebagai alat untuk membela diri dari berbagai ancaman. Seiring dengan perkembangannya, fungsi pencak silat bukan hanya sebagai alat untuk beladiri tetapi juga dapat dijadikan sebagai sarana olahraga, sarana mencurahkan kecintaan pada aspek keindahan, dan alat pendidikan mental dan rohani.

Teknik dasar yang paling utama dalam pencak silat adalah gerak dasar. Gerak dasar pencak silat merupakan suatu gerak terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali. Beladiri pencak silat memiliki teknik dasar yang paling penting digunakan dalam membela diri bahkan pada saat menghadapi lawan pada saat pertandingan, teknik dasar tersebut berupa pukulan, tendangan, tangkisan, elakan, jatuhan dan sapuan. Salah satu gerak dasar yang sering digunakan pada saat pertandingan yaitu teknik tendangan. Teknik tendangan yang dominan sering digunakan dalam pertandingan pencak silat adalah tendangan sabit.

Tendangan sabit ini merupakan tendangan yang efektif dalam mendapatkan poin dan sangat praktis digunakan untuk serangan balasan setelah

berhasil menghindari dari serangan lawan, untuk mendapatkan tendangan sabit yang maksimal diperlukan penguasaan teknik yang benar, sasaran yang tepat, serta lintasan tendangan yang benar tidak berlawanan dengan anatomi tubuh, sehingga akan menimbulkan kecepatan tendangan yang maksimal dan lebih efektif dalam mengumpulkan poin pada pertandingan Pencak Silat. Tendangan sabit, tendangan yang lintasan setengah lingkaran ke dalam, dengan sasaran seluruh bagian tubuh, dengan punggung telapak kaki atau jari telapak kaki.

Melihat kenyataan yang ditemui di lapangan bahwa permasalahan yang muncul pada pencak silat PSHT di Ranting Undana, bahwa pada saat siswa melakukan tendangan kaki mereka sering terkangkap meskipun tidak selalu terbanting oleh pihak lawan kemudian tendangannya sering tidak mengenai sasaran. Selain itu, saat melakukan latihan tendangan sabit banyak siswa yang mengalami cedera karena kurangnya kemampuan dalam menguasai tendangan dengan benar sehingga dapat mempengaruhi poin yang didapat pada saat melakukan pertandingan.

Analisis yang akan dilakukan pada siswa pencak silat PSHT adalah kemampuan teknik gerak dasar dalam melakukan tendangan sabit seperti sikap pasang, posisi kaki, posisi badan bahkan posisi tangan yang benar. Hal ini diperlukan karena dalam olahraga bela diri pencak silat diperlukan beberapa kemampuan yang baik dan benar dalam tendangan sabit untuk mengalahkan lawan dan mendapatkan point saat pertandingan.

Berdasarkan uraian di atas maka perlu dilakukan penelitian terhadap tendangan sabit pada siswa PSHT di Ranting Undana karena kurangnya kemampuan dalam

melakukan tendangan sabit sehingga banyak siswa yang cidera. Sehingga peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul : “Analisis Gerak Teknik Dasar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat Siswa Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) di Kota Kupang Ranting Undana”.

B. Identifikasi Masalah.

Sesuai dengan latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum di ketahuinya gerak teknik dasar kuda-kuda (sikap pasang) pada siswa PSHT di kota kupang Ranting Undana.
2. Belum di ketahuinya gerak teknik dasar pola langkah dalam tendangan sabit pada siswa PSHT di kota kupang Ranting Undana.
3. Belum di ketahuinya rangkaian gerak teknik dasar bela serang dalam tendangan sabit pada siswa PSHT di kota kupang Ranting Undana.

C. Batasan Masalah.

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka yang menjadi fokus dan keterbatasan waktu dalam penelitian ini, penulis dapat membatasi masalah penelitian adalah: Analisis Gerak Teknik Dasar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat Siswa PSHT di Kota Kupang Ranting Undana.

D. Rumusan Masalah.

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka yang menjadi rumusan dalam penelitian ini adalah: Bagaimana Analisis Gerak Teknik Dasar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat Siswa PSHT di Kota Kupang Ranting Undana.?

E. Tujuan Penelitian.

Tujuan dalam penelitian ini adalah Untuk Mengetahui Analisis Gerak Teknik Dasar Tendangan Sabit Pada Pencak Silat Siswa PSHT di Kota Kupang Ranting Undana.

F. Manfaat Penelitian.

1. Bagi peneliti, penelitian ini menjadi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan.
2. Bagi pelatih, penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan pertimbangan dalam peningkatan keterampilan teknik dasar tendangan sabit.
3. Bagi siswa, di harapkan dapat dipelajari dan menguasai teknik dasar tendangan sabit dengan benar dalam hal peningkatan prestasi.

Penelitian ini juga di harapkan memberikan manfaat dalam bidang pendidikan dan olahraga khususnya dalam cabang olahraga pencak silat.