

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pencak silat merupakan Seni Bela diri asli Indonesia memiliki ciri khas tersendiri yang dikembangkan untuk mewujudkan identitas dan kebudayaan bangsa Indonesia. Pencak Silat adalah sebuah seni tentang fitrah manusia untuk membela diri, dan silat sebagai unsur yang menghubungkan gerakan dan pikiran. Pencak Silat yang merupakan seni beladiri asli Indonesia pada perhelatan sebagai tuan rumah Asian Games XVIII tahun 2018 yang lalu Pencak silat menyumbangkan 14 medali emas di untuk Indonesia (Silvia, 2016).

Pencak Silat semakin berkembang dan menjadi sebuah olahraga bela diri prioritas untuk dikembangkan sebagai nilai-nilai luhur peninggalan nenek moyang indonesia. Pencak silat juga merupakan simbol persatuan dan kesatuan dalam cerminan budaya Indonesia yang seutuhnya. Gerakan- gerakan pencak silat dapat memperkuat ketahanan tubuh dan meningkatkan kesegaran jasmani, disamping mengandung unsur seni, pencak silat pun juga mengandung unsur olahraga, prestasi dan kepribadian yang sangat berguna dalam usaha meningkatkan sumber daya manusia yang bertaqwa, tangguh dan bertanggung jawab(Kriswanto, 2015).

Pencak silat pada dasarnya adalah pembelaan diri dari insan Indonesia untuk menghindarkan diri dari segala malapetaka. Pengukuhan istilah seni pembelaan diri bang Indonesia dengan nam Pencak Silat yang merupakan kata majemuk, pada seminar pencak silat tahun 1973 di Tugu Bogor. Pencak silat dapat mempunyai pengertian gerak dasar beladiri yang terikat pada peraturan dan digunakan dalam belajar, latihan dan pertunjukan. Silat, mempunyai pengertian sebagai gerak beladiri yang sempurna, yang bersumber pada kerohanian yang suci murni, guna keselamatan diri ataua kesejahteraan bersama, menghindarkan diri/manusia dari bala atau bencan(Perampok, penyakit, tenung dan segala sesuatu yang jahat atau merugikan masyarakat)(Silvia, 2016).

Dalam pencak silat juga ditanamkan sikap percaya dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sikap Taat beragama, berbudi perkerti luhur, dan menjunjung nilai- nilai kemanusia. Sikap saling tolong menolong dalam kebaikan, Sikap jujur,

Bijaksana, tulus dan ikhlas dalam beramal. Ikatan Pencak Silat Indonesia atau IPSI memiliki anggota sekitar 800 perguruan silat yang tersebar ke seluruh wilayah di Indonesia salah satu diantaranya adalah perguruan Tapak Suci. Tapak Suci sebagai salah satu varian seni beladiri pencak silat juga memiliki ciri khas yang bisa menunjukkan identitas yang kuat. Ciri khas tersebut dikembangkan melalui proses panjang dalam akar sejarah yang dilaluinya. Olahraga pencak silat juga tidak hanya kepentingan sebagai pendidikan, rekreasi, kesegaran jasmani, serta bisa juga sebagai profesi dan ekonomi, tetapi bisajuga sebagai ajang pembentukan prestasi yang dapat mengangkat harkat serta martabat bangsa (Istikomah & TBSA, 2014).

Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Republik Indonesia Nomor: 3 Tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 Ayat: 4 yang menyatakan bahwa: “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetensi secara berjenjang dan berkelanjutan (UU No 3 Tahun 2005).

Berdasarkan tujuan olahraga pencak silat sebagai olahraga prestasi Pemerintah mencanangkan program Desain Besar Olahraga Nasional DBON sebagai kunci pembinaan menuju merdeka, pencak silat termasuk dalam 17 cabang olahraga prioritas pembinaan (badminton, angkat besi, panjat tebing, panahan, menembak, wushu, karate, taekwondo, balap sepeda, atletik, renang, dayung, senam artistik, dan pencak silat, bola voli, sepakbola dan bola basket). Hal ini sesuai dengan Peraturan Presiden No. 86 tahun 2021 Tentang Desain Besar Olahraga Nasional.

Pengembangan olahraga prestasi salah satunya dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, dalam hal ini perguruan Seni Beladiri Pencak silat Tapak Suci di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dengan Unit Kegiatan Mahasiswa UKM Pencak Silat telah mendirikan pembinaan dan pengembangan secara terencana melalui kompetensi dan dorongan pelatih yang berkualitas. Tapak Suci merupakan salah satu olahraga prestasi, yaitu kegiatan olahraga yang dilakukan dan

dikelola secara professional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal. Olahraga prestasi dapat dicapai dengan persiapan yang matang dan memerlukan proses yang baik, sehingga semenjak berdiri pada tahun 2015 berbagai macam prestasi yang ditorehkan dalam membawa nama baik Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Pada Kejuaraan Pencak Silat antar perguruan tinggi Universitas Negeri Jakarta Open I pada tahun 2018 Se-Indonesia *team* Pencak Silat Tapak Suci Ubhara Jaya mengirim sepuluh orang atlet dengan 6 putra dan 4 putri namun hasil yang ditorehkan hanya mendapatkan medali perunggu. Kemudian pada tahun 2019 atlet Tapak Suci UBJ mengikuti POMDA DKI Jakarta dengan memperoleh hanya 1 medali perak dari 12 nomor yang diikuti.

Peneliti melihat dan mengamati selama pertandingan yang diikuti oleh atlet Pencak Silat Tapak Suci Ubhara Jaya belum mempunyai kualitas/ kemampuan teknik saat menyerang maupun bertahan yang baik sewaktu bertanding, hal tersebut dibuktikan bahwa mereka tidak mampu mengeluarkan teknik yang maksimal dan belum bisa seimbang dalam tendangan dikarenakan kurangnya kestabilan, sehingga belum bisa mengumpulkan nilai secara maksimal dari setiap ronde pertandingan. Di dalam olahraga pencak silat, menyerang dan bertahan merupakan tujuan utama seni beladiri disamping kesehatan, melalui jurus menyerang dan bertahan, seorang pesilat untuk dapat mengumpulkan nilai yang sebanyak - banyaknya dan melalui jurus menyerang dan bertahan dapat menghindari serangan agar tidak terjadi perolehan nilai bagi lawan.

Penyerang dan pertahanan dalam jurus tendangan sabit diperlukan kecepatan sehingga besar peluang menghasilkan poin, untuk pesilat harus memiliki kekuatan dengan daya ledak otot tungkai yang dapat menghasilkan kecepatan gerakan saat melakukan jurus tendangan sabit (Silvia, 2016), sementara pesilat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya jadi peneliti duga belum mempunyai hal yang dimaksudkan. Dalam melakukan pertandingan masih banyak kelemahan yang ditemui dari atlet Pencak Silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya terutama terkait kemampuan teknik. Disaat berada Dilapangan pertandingan kemampuan teknik yang dimiliki belum mampu untuk mengeluarkan kemampuan secara maksimal di setiap ronde pertandingan sehingga

berdampak terhadap kualitas tendangan, pukulan dan bantingan yang dilakukan. Tendangan yang dilakukan baik tendangan lurus, tendangan sabit dan tendangan T disaat pertandingan tidak bisa dilakukan secara maksimal sehingga tidak tepat sasaran, tenaga dalam melakukan tendangan juga tidak maksimal sehingga begitu mudah ditangkis oleh lawan bahkan juga sering ditangkap dan langsung dibanting, maka menghasilkan poin bagi lawan. Berdasarkan observasi Dilapangan tanggal 27-28 Juli 2019 pada pertandingan Tanah Kujang *Championship*, dalam pertandingan terutama masuk ronde ke 2 disaat kemampuan fisik menurun taktik yang sudah direncanakan oleh pelatih juga tidak bisa dilakukan bahkan secara psikologis atlet juga mengalami keragu-raguan dalam melakukan serangan atau bertahan sehingga tendangan yang menjadi andalan atlet khususnya teknik tendangan sabit juga tidak bisa dilakukan secara maksimal sehingga dalam melakukan pertandingan belum memperoleh hasil sesuai dengan harapan.

Berdasarkan masalah yang dikemukakan, maka peneliti berkeinginan untuk meneliti tentang kontribusi keseimbangan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan sabit. Mengapa peneliti mengambil judul ini karena peneliti melihat banyak dari atlet Pencak Silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dalam melakukan tendangan sabit selalu tidak tepat sasaran sehingga jarang mendapatkan nilai ketika saat mereka bertanding.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan di atas, masalah faktor yang mempengaruhi tendangan sabit atlet Pencak Silat UKM Pencak silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya diantaranya terkait dengan kondisi fisik, terutama dalam hal kualitas keseimbangan dan daya ledak otot tungkai.

1. Perlu adanya pengaruh keseimbangan terhadap tendangan sabit
2. Perlu adanya pengaruh daya ledak terhadap tendangan sabit
3. Perlu adanya pengaruh keseimbangan dan daya ledak terhadap tendangan sabit

C. Pembatasan Masalah

Untuk memfokuskan kepada permasalahan yang ada agar tidak terlalu melebar jauh, maka terdapat hal - hal yang perlu dibatasi oleh peneliti,

sehingga tidak semua permasalahan dijadikan masalah penelitian oleh peneliti. Peneliti dalam penelitian ini hanya membatasi pada permasalahan tentang KONTRIBUSI KESEIMBANGAN DAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN SABIT.

D. Rumusan Penelitian

Berdasarkan pada latar belakang masalah, identifikasi masalah. Dan pembatasan masalah, maka peneliti merumuskan masalah penelitian ini yaitu:

1. Seberapa besar tingkat pengaruh keseimbangan (X_1) atas kemampuan tendangan sabit (Y) pada atlet UKM Pencak Silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya?
2. Seberapa besar tingkat pengaruh daya ledak (X_2) atas kemampuan tendangan sabit (Y) pada atlet UKM Pencak Silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya?
3. Seberapa besar tingkat pengaruh keseimbangan (X_1) dan daya ledak (X_2) otot tungkai atas tendangan sabit (Y) pada atlet UKM Pencak Silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya?

E. Asumsi penelitian

Asumsi ini untuk memperjelas dari teknik dan kontribusi keseimbangan atas tendangan sabit di UKM Pencak Silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi pada keseimbangan teknik tendangan sabit pada atlet UKM Pencak Silat Tapak Suci Ubhara Jaya.
2. Untuk mengetahui seberapa besar tinggi kontribusi pada daya ledak teknik tendangan sabit pada atlet UKM Pencak Silat Tapak Suci Ubhara Jaya.
3. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat kontribusi daya ledak pada otot tungkai terhadap kemampuan tendangan sabit pada atlet UKM Pencak Silat Tapak Suci Ubhara Jaya.

G. Manfaat Penelitian

Manfaat pada penelitian ini adalah:

1. Teoritis

Memberikan perkembangan dan memberikan gambaran tentang kontribusi keseimbangan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan tendangan sabit bagi atlet Unit Kegiatan Mahasiswa(UKM) Pencak Silat Tapak Suci Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

2. Praktisi

Bagi Pelatih sebagai masukan dalam materi kondisi fisik, teknik dasar tendangan sabit. Memperluas ilmu pengetahuan dalam latihan Pencak Silat dan Keterampilan khususnya pada teknik tendangan sabit.

