

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga banyak digandrungi sebagian besar pemuda untuk dijadikan hobi dan tidak jarang dari mereka menjadikan olahraga sebagai sarana untuk prestasi dan mencari penghasilan. Setiap cabang olahraga pastilah mempunyai kesulitan dan kemudahannya sendiri sehingga bisa dijadikan sebagai daya tarik dan tantangan untuk ditaklukan dan dikuasai. Salah satu olahraga yang banyak digandrungi oleh para pemuda di Indonesia sendiri adalah Pencak silat. Sucipto (2007) pencak silat adalah salah satu cabang olahraga yang meliputi gerak dari seluruh anggota tubuh yang bertujuan untuk melindungi diri dan merupakan olahraga asli bangsa Indonesia yang telah lama diperelajari oleh nenek moyang kita, hampir disetiap daerah kita bisa bertemu dengan orang yang menggunakan identitas pencak silat, entah itu ketika acara formal atau hanya sekedar berpapasan di jalan. Pencak silat sudah mempunyai wadah resmi yaitu IPSI (Ikatan Pencak Silat Indonesia), dalam keanggotaannya IPSI sudah mempunyai anggota resmi yaitu Persaudaraan Setia Hati, Persaudaraan Setia Hati Terate, Keluarga Silat Nasional Indonesia Perisai Diri, Perguruan Silat Nasional Perisai Putih, Perguruan Silat Beladiri Indonesia Tapak Suci Putra Muhammadiyah, Phashadja Mataram, Penguruan Pecak Indonesia Harimurti, Persatuan Pencak Silat Indonesia, Persatuan Pencak Silat Putra Betawi, Keluarga Pencak Silat Nusantara, Perguruan Pencak Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih,

Perguruan Pencak Silat Satria Muda Indonesia, Perguruan Silat Nasional Asad, Pencak Silat Tenaga Dasar Indonesia, Lembaga Pengembangan Ilmu Terapi Tenaga Dalam Kalimasada, Pencak Silat Nahdatul Ulama Pagar Nusa.

Salah satu pencak silat yang ada di Indonesia yang banyak berkembang adalah Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT). Dalam latihan di PSHT tidak hanya diajarkan bela diri tetapi juga banyak latihan yang memfokuskan anggotanya untuk menuju jalan atlet atau prestasi. Dalam pencak silat pastinya mempunyai atlet yang berprestasi untuk dijadikan sebagai panutan dan ajang berprestasi untuk adu bakat. Tak lepas dari atlet silat yang banyak memberikan prestasi, setiap perguruan atau organisasi pencak silat lain juga berlomba-lomba untuk menghasilkan atlet yang layak dan bagus sebagai penerus. Dalam latihan atlet yang ada di pencak silat terdapat anjuran yang mengajarkan siswanya untuk mempertahankan diri dan juga menyerang untuk mendapatkan poin saat di gelanggang salah satunya adalah tendangan. Tendangan dalam pencak silat diartikan sebagai Gerakan mengangkat kaki dan mengarahkan ke lawan dengan bagian kaki tertentu. Tendangan dalam latihan PSHT yang secara resmi dapat digunakan untuk tanding adalah tendangan tendangan A (depan), tendangan T dan tendangan Sabit. Meskipun tendangan ini cukup mudah untuk dilakukan tetapi banyak resiko jika tendangan ini tidak dilatih dengan maksimal, konsekuensi yang akan didapat adalah akan cepat tertangkap dan akhirnya bisa dibanting oleh lawan dan tidak jarang tendangan yang tidak tepat akan mendarat di wilayah

pelanggaran seperti kemaluan dan kepala. Keteledoran dalam tendangan akan membuat musuh panen poin dan kita menjadi kelelahan karena salah satu serangan yang sering digunakan mudah, terjadinya pelanggaran dan dijadikan poin oleh lawan. Ketika tendangan kita tepat dan juga cepat maka akan menyulitkan lawan untuk menangkis dan memperkecil masalah tentang salah sasaran yang merugikan kita apabila ketahuan oleh wasit.

Latihan untuk tendangan sendiri bisa di variasi oleh pelatih, biasanya pelatih yang belum memiliki sarana dan prasarana yang memadai akan memutar otak untuk mencari alternatif yang bisa digunakan untuk latihan tendangan atlet. Pelatih berusaha untuk memenuhi dan mengajarkan pelatihan dengan maksimal baik dari teknik, fisik, mental dan juga strategi agar atlet lebih matang ketika menghadapi musuh digelanggang. Latihan tendangan sangat penting karena serangan yang banyak dikeluarkan oleh seorang atlet nomor tanding adalah tendangan, maka atlet harus mantang betul serta tepat dalam melakukan tendangan agar bisa mendapatkan poin yang sah dan meminimalisir terjadinya pelanggaran yang sering dilakukan atlet yaitu salah sasaran dalam tendangan. Ketepatan tendangan tidak hanya fokus pada perkenaan dalam menendang tetapi juga memerlukan waktu yang tepat dan kondisi fisik yang normal sehingga ketepatan juga berjalan dengan baik. Seiring berjalanya waktu latihan tendangan akan menjadi lebih baik, lebih tepat, lebih cepat dan lebih berbahaya di pandangan musuh.

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di salah satu latihan PSHT Ranting Tulakan cabang Pacitan Pusat Madiun, banyak atlet yang

masuk latihan dan berminat untuk menjadi atlet rata-rata masih sekolah, banyaknya orang tua yang baru memberikan izin ketika masuk latihan, dan sudah bisa dikenalkan dan dibina untuk menjadi atlet dalam pencak silat. Dalam latihan juga ada beberapa kendala yang harus menyesuaikan dengan tinggi dan capaian tendangan oleh atlet.

Dari hasil observasi oleh peneliti di beberapa tempat latihan, pelatih dan atlet mengalami kesulitan dengan belum adanya instrumen untuk mengukur ketepatan dari tendangan yang mereka latih. Dengan adanya instrumen ketepatan tendangan ini pelatih dan atlet akan terbantu dan mempermudah dalam melakukan evaluasi dan merancang program latihan agar lebih baik untuk kedepannya.

Disadari atau tidak, sebenarnya instrumen yang dapat mengukur ketepatan itu diperlukan untuk mengukur ketepatan tendangan dari atlet itu sendiri dan meminimalisir kesalahan yang dilakukan ketika menggunakan tendangan. Tendangan yang dilakukan dengan cepat tetapi tidak tepat maka akan membuat kita menjadi salah dalam sasaran, bisa saja tendangan mendarat di kemaluan lawan, di lutut lawan, di leher lawan dan masih banyak lagi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk membuat penelitian pengembangan yang berjudul *Pengembangan Instrumen Tes Ketepatan Tendangan A dan T Pencak Silat Kategori Remaja*

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah disusun di atas maka dapat dipaparkan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya instrument tes untuk mengukur ketepatan tendangan A dan T pencak silat untuk kategori remaja.
2. banyak atlet salah lintasan dan sasaran saat menendang sehingga terjadinya pelanggaran.
3. Perlunya sebuah pengembangan atau modifikasi instrumen tes untuk mengukur dan melihat perkembangan ketepatan tendangan A dan T.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan terbatasnya waktu, tenaga, biaya serta fokus dari tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, maka dibuatlah batasan agar pembahasan lebih terarah dan sistematis. Adapun batasan adalah sebagai berikut:

1. Pembahasan dalam penelitian ini hanya membahas cabang olahraga pencak silat PSHT nomor tanding khususnya tendangan A dan T.
2. Produk yang dihasilkan dikhususkan menjadi instrument tes ketepatan tendangan A dan T.
3. Pengembangan alat dalam penelitian ini diperuntukan untuk atlet PSHT kategori remaja.

D. Rumusan Masalah

Dari paparan latar belakang masalah diatas peneliti akan mengajukan perumusan masalah yang nantinya akan terjawab melalui penelitian yang peneliti lakukan. Adapun perumusan yang peneliti ajukan adalah:

1. Bagaimana pengembangan instrument tes ketepatan tendangan A dan T atlet pencak silat PSHT kategori remaja ?

2. Bagaimana hasil dari pengembangan instrumen tes tersebut?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah sebagai berikut:

1. Menghasilkan instrumen tes ketepatan tendangan A dan T pencak silat kategori remaja.
2. Mengetahui hasil dari pengembangan instrument tersebut.

F. Spesisifikasi Produk yang Dikembangkan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, produk yang dikembangkan diharapkan mampu memberikan sumbangsih yang besar dalam upaya mengembangkan intrumen tes ketepatan tendangan A dan T dalam pencak silat, sekaligus ikut membantu memajukan pencak silat sebagai cabor yang menjanjikan untuk mendapatkan medali saat belaga di tingkat nasional dan internasional. Terkait dengan spesifikasi dari produk yang dikembangkan ini, dapat diketahui melalui:

1. Hasil produk penelitian berupa alat instrument tes yang digunakan untuk mengetahui ketepatan tendangan A dan T atlet pencak silat PSHT kategori remaja.
2. Alat yang digunakan berbahan baku besi dengan spesifikasi ukuran tinggi dan lebar yang telah ditentukan.
3. Alat yang digunakan mempunyai sistem pengatur ketinggian, dengan ketinggian yang sudah ditentukan serta memiliki bagian untuk melindungi kaki ketika tidak sengaja menendang salah sasaran.

4. Alat dapat diperuntukan untuk tendangan A dan tendangan T.

Gambar 1.

Desain Alat Ketepatan Tendangan



G. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian pasti memiliki manfaat, tak terkecuali dalam penelitian ini. Adapun manfaat yang diharapkan dengan adanya penelitian yaitu:

1. Manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:
 - a. Sebagai alat ukur ketepatan sasaran tendangan A dan T.
 - b. Merupakan inovasi baru berupa alat untuk mengukur ketepatan tendangan.
 - c. Dapat dijadikan solusi dari permasalahan olahraga prestasi.
 - d. Membenarkan posisi untuk melatih ketepatan tendangan A dan T.
2. Manfaat teoritis adalah sebagai berikut:
 - a. Sebagai bentuk wawasan pengetahuan sehingga dapat mendukung peningkatan latihan ketepatan tendangan.

- b. Mendorong untuk terus berkarya secara nyata sebagai bentuk implementasi proses Pendidikan demi kemajuan industri olahraga Indonesia.
- c. Dapat menjadikan sebagai sebuah produk baru dalam dunia olahraga.
- d. Dapat dikembangkan kembali oleh penerus baru untuk memperbaiki dan menginovasi produk.

H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Pengembangan alat latihan adalah suatu alat yang dapat digunakan oleh atlet untuk membantu mengukur ketepatan tendangan A dan T. Alat ini diharapkan mampu membantu pelatih dalam mengevaluasi dan membuat program latihan yang lebih maksimal dengan diketahuinya ukuran dari ketepatan tendangan masing-masing atlet. Masih kurangnya instrumen tes yang dapat digunakan untuk mengukur ketepatan tendangan A dan T sehingga menggugah peneliti untuk mengembangkan instrumen tes tersebut.

Keterbatasan pengembangan juga ada pada waktu, biaya, tenaga dan pada bahan baku oleh karena itu peneliti akan membuat produk pengembangan semaksimal mungkin dan mengutamakan keamanan dan efektifitas dari produk yang dikembangkan.

I. Definisi Istilah

1. Pengembangan

Pengembangan berasal dari kata dasar “Kembang” yang berarti menjadi bertambah sempurna. Kemudian mendapat imbuhan Pe- dan -an sehingga menjadi pengembangan yang artinya proses, cara atau

pembuatan pengembangan. Jadi pengembangan disini adalah usaha sadar yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan agar lebih sempurna dari pada sebelumnya. Di dalam penelitian ini upaya pengembangan yang dilakukan adalah membuat alat sebagai sasaran dalam meningkatkan ketepatan tendangan dalam pencak silat.

2. Modifikasi

Modifikasi secara umum diartikan dilakukan perubahan dari bentuk semula. Namun secara umum modifikasi dapat diartikan sebagai perbaikan menjadi lebih menarik dan lebih mudah terhadap suatu proses pembelajaran atau latihan pada pembinaan prestasi pencak silat. Diharapkan bermanfaat bagi anak remaja dalam meningkatkan ketepatan tendangan dalam pencak silat.

3. Alat

Alat adalah benda yang digunakan untuk mempermudah dan mendukung pekerjaan kita sehari-hari. Dalam penelitian ini alat sebagai produk pengembangan yang diharapkan mampu membantu kinerja pelatih untuk meningkatkan ketepatan tendangan.

4. Instrumen pengukuran adalah alat, media, atau aktifitas yang dapat mengukur kemampuan dalam melakukan suatu gerakan khusus. Dalam sebuah instrumen tes terdapat norma dan tatacara pengukuran yang khusus.

5. Tendangan

Berdasarkan jenisnya serangan dalam pencak silat dibedakan menjadi yaitu pukulan dan tendangan, dimana tendangan terdiri dari tendangan lurus, tendangan samping, tendangan sabit, tendangan berputar serta sapuan. (Johansyah, 2014). Tendangan lurus yaitu tendangan yang menggunakan ujung kaki dengan tungkai lurus. Tendangan ini mengarah kedepan pada sasaran dengan meluruskan tungkai sampai ujung kaki. Bagian kaki yang mengena saat menendang adalah pangkal bagian dalam jari-jari. Posisi badan menghadap kesasaran. Sedangkan tendangan T adalah tendangan dengan posisi badan menyamping. Perkenaan sasaran ada pada telapak kaki yang digunakan untuk menendang dengan tepat.

