

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya, olahraga adalah bentuk pendidikan untuk meningkatkan kualitas fisik, mental, dan emosional seseorang, Olahraga membawa dampak untuk seseorang sebagai satu kesatuan, bukan hanya menganggap seseorang dengan kualitas fisik dan mental yang berbeda, Olahraga prestasi melibatkan pembina serta mengembangkan bakat ataupun kemampuan olahragawan, membina dan mengembangkan bakat ataupun kemampuan ini dilakukan dengan proses yang bertahap, terencana, serta kontinu, pencak silat juga merupakan salah satu cabang olahraga berprestasi karna berkompetisi di tingkat nasional maupun internasional.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan suatu bagian internal dari proses belajar yang menekankan pada pemenuhan kebutuhan siswa. Kegiatan ekstrakurikuler dapat menjadi sarana untuk menyalurkan bakat atau pendorong perkembangan potensi anak didik mencapai taraf maksimum (Yudha,2014). Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler pada sekolah maka para siswa dapat menyalurkan serta mengasah potensi yang mereka miliki. Program ekstrakurikuler yang ada adalah bidang olahraga salah satunya pencak silat.

Pencak Silat merupakan olahraga bela diri yang diakui oleh UNESCO sebagai warisan budaya yang berasal asli dari tanah air, Dalam bela diri pencak silat, ada empat komponen utama : mental dan spiritual, seni, beladiri, dan olahraga. Bela diri Pencak Silat Indonesia memiliki gaya gerakan, jurus, dan senjata yang digunakan berbeda, Selain itu, diharapkan pencak silat mampu membawa dampak positif bagi masyarakat yaitu dapat memupuk persahabatan, memperkuat persatuan dan mencegah mencelakai seseorang yang dapat menimbulkan permusuhan di dalam lingkungan masyarakat (Pratama & Candra, 2021).

Pencak silat adalah budaya yang harus dipertahankan, Pada musyawarah nasional IPSI tahun 2016, dijelaskan bahwa pencak silat adalah pusaka leluhur yang erat kaitannya dengan kehidupan bangsa dan merupakan budaya dan bagian dari pertahanan bangsa (IPSI, 2016), Pencak silat berasal dari kata "pencak" dan

"silat". Pencak, jenis beladiri yang memerlukan peraturan Tidak seperti silat, beladiri bergantung pada iman dengan tujuan menyelamatkan diri sendiri dan orang lain dari bahaya (Aldino et al., 2023).

Pencak silat adalah keterampilan mempertahankan diri dengan menangkis dan menyerang menggunakan senjata atau tangan kosong, Teknik beladiri pencak silat memungkinkan Anda melindungi diri dari serangan, Pada hakikatnya, pencak silat adalah bentuk pendidikan fisik dan spiritual yang bertujuan untuk mendidik orang menjadi kuat yang dapat memahami dan memenuhi nilai-nilai moral masyarakat, Ada empat aspek yang saling berhubungan, yaitu olahraga, beladiri, seni, dan aspek mental spiritual, yang masing-masing berfungsi dalam proses pelatihan, Pencak silat memiliki unsur keindahan karena merupakan seni beladiri, Pencak silat dapat didefinisikan sebagai jenis olahraga yang menekankan ketangkasan membela diri atau bertarung (Aldino et al., 2023).

Saat ini, pencak silat menjadi sebuah olahraga yang berfokus pada prestasi, salah satunya pertandingan yang akan dihadapi adalah Olimpiade Olahraga Siswa Nasional 2025 yang dilakukan penjaringan atlet mulai dari tahapan tingkat kecamatan, kabupaten/kota, daerah hingga masuk agenda nasional pada 19-25 agustus 2025 di DKI Jakarta oleh Balai Pengembangan Talenta Indonesia.

Penguasaan keterampilan pencak silat harus ditekankan dengan benar, Gerak dasar adalah keterampilan pencak silat yang paling penting Menurut Lubis gerakan dasar pencak silat adalah gerakan yang direncanakan, terarah, terkoordinasi dan terkendali, Keseluruhan gerak lanjutan pencak silat terdiri dari gerakan dasar, yang merupakan aset bagi para pesilat untuk menyerang dan bela, Kuda-kuda, sikap pasang, pola langkah, bela, hindaran, dan serangan adalah gerakan dasar pencak silat (Aldino et al., 2023).

Berdasarkan penelitian terdahulu, dari ketiga teknik dasar yaitu pukulan, tendangan dan tangkapan yang dapat digunakan untuk memperoleh point, kira-kira 47% yang paling dominan digunakan dalam pertandingan adalah teknik tendangan (Azizi, 2013). Tendangan mempunyai beberapa keuntungan antara lain tendangan mendapatkan nilai yang cukup tinggi yaitu dua poin. Jangkauannya lebih panjang serta mempunyai power yang lebih besar dibanding dengan serangan lain yaitu pukulan hanya memperoleh nilai satu. Tendangan

merupakan salah satu teknik serangan dalam pencak silat dengan menggunakan tungkai dan digunakan untuk melakukan serangan jarak jauh yang terdiri dari tendangan lurus, tendangan sabit, tendangan T dan tendangan belakang (Candra, 2021)

Gerakan tendangan harus dilakukan dengan cara yang teratur, dimulai dengan sikap pasang dengan kuda yang kokoh, angkatan kaki, melecutkan tungkai ke arah sasaran, lalu menarik kembali tungkai. Jika gerakan ini tidak dilakukan dengan cara yang benar, akan menjadi kurang efektif, Untuk memaksimalkan tendangan , maka perlu menguasai teknik yang tepat, termasuk keseimbangan, ketepatan, dan gerakan tendangan, serta menemukan lintasan yang tepat untuk meningkatkan kecepatan dan ketepatan gerakan tendangan, yang meningkatkan peluang Anda untuk mendapatkan poin (Aldino et al., 2023).

Seperti yang telah dipaparkan diatas diketahui tendangan merupakan serangan paling dominan digunakan dalam pertandingan pencak silat, juga bagi siswa ekstrakurikuler pencak silat di SMP Negeri 7 Muaro Jambi sejauh mana keterampilan tendangan yang dimiliki selama mengikuti latihan. Hal ini dikira penting melihat kesempatan untuk mengikuti kompetisi O2SN yang dilaksanakan tahun 2025. Persiapan analisis yang akan dilakukan seperti yang dijlaskan diatas meliputi sikap pasang dengan kuda yang kokoh, angkatan kaki, melecutkan tungkai ke arah sasaran, lalu menarik kembali tungkai. Karena pencak silat membutuhkan penguasaan teknik yang mumpuni dengan diadakan nya tes, maka kemampuan penguasaan dari gerak tendangan dari penelitian akan dapat di ketahui dengan jelas. Setelah mengetahui keterampilan teknik tendangan, hasil dari temuan penelitian yang ada, dapat menjadi bahan evaluasi pelatih ekstrakurikuler dalam menyusun program latihan.

Dari uraian masalah tersebut maka peneliti merasa perlu dilaksanakan penelitian akan teknik tendangan pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 7 muaro jambi, karna belum diketahuinya keterampilan teknik tendangan, sehingga akan dilaksanakan penelitian dengan judul “Analisis Keterampilan Teknik Tendangan Siswa SMP Negeri 7 Muaro Jambi Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat”.

1.2 Identifikasi Masalah

Dengan mempertimbangkan hal-hal di atas yang telah di paparkan, dapat disimpulkan beberapa identifikasi masalah masalah, yaitu sebagai berikut:

- 1) Belum diketahui kemampuan tendangan silat siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 7 Muaro Jambi ?
- 2) Bagaimana sikap pasang kuda saat akan melakukan tendangan pencak silat.?
- 3) Bagaimana angkatan kaki hingga melecutkan tungkai ke arah sasaran ?
- 4) Bagaiman tarikan tungkai setelah melakukan tendangan ?

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana hasil analisis keterampilan tendangan silat siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 7 Muaro Jambi ?

1.4 Batasan Masalah

Agar permasalahan tidak meluas adapun dalam penelitian ini hanya membatasi :

- 1) Analisis hanya bersifat unjuk praktik keterampilan
- 2) Ekstrakurikuler yang dipilih hanya cabang pencak silat yang diadakan di SMP Negeri 7 Muaro Jambi
- 3) Penelitian hanya berfokus kepada kemampuan tendangan pencak silat yang terdiri dari tendangan lurus, tendangan sabit, tendangan T dan tendangan belakang

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini, menurut rumusan masalah dan latar belakang masalah, adalah untuk mengetahui, Keterampilan Teknik Tendangan Siswa SMP Negeri 7 Muaro Jambi Peserta pada kegiatan ekstrakurikuler Pencak Silat, Tujuan ini dimaksudkan untuk memberikan hasil kepada pelatih dan siswa akan informasi tentang keterampilan tendangan sabit untuk digunakan sebagai referensi dalam pembuatan program latihan mendatang.

1.6 Manfaat Penelitian

- 1) Manfaat teoritis
 - a) Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan pengetahuan kepada pelatih dan siswa akan hasil Pencak Silat SMPN 7 Muaro Jambi.

- b) Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti berikutnya untuk masa depan sebagai referensi, acuan, dan perbandingan.

2) Manfaat Praktis

- a) Bagi Siswa dapat memberikan cara keterampilan Teknik Serangan pencak silat masing-masing individu sebagai siswa dalam berlatih.
- b) Bagi Pelatih dapat menjadi pertimbangan dalam penggunaan metode kepelatihan,serta menjadi bahan evaluasi selama melatih.

Bagi Sekolah Sebagai data aktual keterampilan siswa-siswanya.