

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Menurut (Aditia, 2015) Olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang tersebut setelah melakukan olahraga. Menurut Sukintaka (Paiman, 2009) Menyebutkan olahraga sebuah aktivitas dan permainan yang dilakukan dengan cara perjuangan melawan diri sendiri, teman bermain dan lingkungan untuk mencapai sebuah kemenangan. Ada berbagai pakar olahraga memberikan pengertian olahraga adalah segala kegiatan gerak manusia yang kekuatan utamanya dari manusia itu sendiri.

Menurut Menpora Maldi mengatakan bahwa olahraga ialah kegiatan yang mencakup segala aktivitas manusia yang ditujukan untuk menjalankan misi hidupnya dan cita-cita hidupnya, cita-cita nasional maupun politik sosial (Khairuddin, 2017). relevan dengan pendapat Santosa Giriwijoyo, yang mengatakan bahwa olahraga adalah serangkaian gerak tubuh yang tersusun dan terencana untuk menjaga gerak dalam artian menjaga pola hidup (Khairuddin, 2017).

Olahraga adalah suatu aktivitas yang menghasilkan gerak bertujuan untuk menjaga kesehatan jasmani, agar tubuh menjadi bugar. Bukan hanya itu olahraga juga dapat menghasilkan sebuah prestasi yang mengangkat nama negara di kaca dunia. Contoh saja Asian Games 2018 Indonesia memborong 14 medali emas dari 16 kelas yang di pertandingan.

Menurut (Kriswanto, 2015) Pencak silat merupakan sistem beladiri yang di wariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu di lestarikan, dibina, dan di kembangkan. Menurut Lubis di kutip dalam (Halbatullah, 2019) Pencak silat merupakan budaya asli bangsa yang sangat di yakini oleh para pendekarnya dan pakar pencak silat bahwa masyarakat melayu saat ini menciptakan dan mempergunakan ilmu beladiri ini sejak masa prasejarah.

Pencak silat adalah merupakan sistem bela diri asli bangsa yang di wariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia, pakar pesilat menyebutkan bahwa masyarakat melayu ini menciptakan dan mempergunakan ilmu bela diri ini sejak dulu. Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) sebagai induk pencak silat Indonesia sebelum berkembang di kancah internasional pencak silat juga berkembang di daerah-daerah. Seperti di Kota Palembang. Kota Palembang adalah salah satu kota di provinsi Sumatera Selatan yang mewarisi budaya pencak silat ini. Di Kota Palembang ada beberapa perguruan yaitu perguruan Tapak Suci, Himsi GP, persaudaraan setia hati (PSHT), IKS PI Kera Sakti, Perisai Diri, Saatria Mandiri, Satria Muda Indonesia (SMI), Dikapasita, Himpunan Seni Silat Indonesia (HIMSI), Pencak Organisasi (PO). Pencak Silat di Kota Palembang berkembang dengan baik dan menghasilkan beberapa atlet pencak silat di tingkat daerah maupun provinsi.

Siswa itu khususnya di smp sangat antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran pencak silat, namun berdasarkan observasi di temukan

beberapa kesalahan pada Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit, Siswa banyak mengalami kesalahan gerak dalam melakukan pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit pencak silat di karenakan kurangnya sumber belajar, keterbatasan waktu belajar dan variasi pembelajaran.

Maka di perlukannya pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit, pembelajaran yang digunakan dengan mengadopsi pendekatan kepada siswa dan melakukan pembelajaran secara langsung. Berdasarkan pengertian latar belakang di atas maka yang menjadi judul dalam penelitian ini adalah **“Pengembangan pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit pencak silat tingkat SMP Kota Palembang”**

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang dapat ditarik kesimpulan identifikasi masalah dalam penelitian:

- a. kurang antisiasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit pencak silat.
- b. Keterbatasan waktu belajar.
- c. Kurangnya tepat sasaran lintasan tendangan lurus depan dan sabit peserta didik.
- d. Keterbatasan media belajar.
- e. Kurang tingginya Angkatan kaki sehingga tidak tepat sasaran.
- f. Media pembelajaran kurang menarik.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah dapat ditarik pembatasan masalah supaya penelitian ini efisien, efektif, dan dapat dikaji lebih dalam. Adapun pembatasan masalah yang di kaji dalam penelitian ini adalah pengembangan model pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus dalam pencak silat.

#### **1.4 Perumusan Masalah**

Siswa banyak mengalami kesalahan dalam melakukan gerak pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit pencak silat di karenakan kurangnya sumber belajar, keterbatasan waktu belajar dan variasi dalam proker pembelajaran.

#### **1.5 Tujuan Pengembangan**

Oleh karna itu perlukannya pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit, pembelajaran yang digunakan dengan mengadopsi pendekatan kepada siswa dan melakukan pembelajaran secara langsung. Berdasarkan pengertian latar belakang di atas maka yang menjadi judul dalam penelitian ini adalah Pengembangan pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit pencak silat tingkat SMP Kota Palembang.

#### **1.6 Kegunaan Hasil Penelitian**

Setiap hasil penelitian diharapkan memiliki kegunaan dan manfaat bagi pembelajaran yang diterapkan sesuai penelitian yang dikembangkan baik secara teoretis dan praktik, Adapun kegunaan hasil penelitian ini diantaranya:

a. kegunaan teoretis

Dapat menghasilkan produk baru mengenai model

pembelajaran Teknik tendangan lurus depan dan sabit pencak silat Tingkat SMP Kota Palembang.

Menambahkan wawasan bagi pendidik yang akan menyampaikan materi berdasarkan hasil penelitian Dan dapat dijadikan acuan bagi penelitian selanjutnya dengan harapan penelitian selanjutnya jauh lebih baik.

b. Kegunaan praktis

bagi siswa

Siswa diharapkan bersemangan dalam mengikuti pembelajaran, sehingga siswa dapat mudah memahami dan mempraktikkan Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit pencak silat. Serta meningkatkan hasil pembelajaran siswa.

bagi guru

Bagi guru menambah wawasan serta meningkatkan professional seorang guru dalam memberikan materi Teknik dasar tendangan lurus dan sabit pencak silat, agar siswa dapat mengikuti pembelajaran sesuai dengan tujuan yang dicapai.

bagi peneliti

Mengetahui hasil dari penelitian, sehingga dapat menerapkan model pembelajaran yang baru yaitu pengembangan pembelajaran Teknik dasar tendangan lurus depan dan sabit pencak silat Tingkat SMP Kota Palembang.

### **1.7 Spesifikasi Produk yang dikembangkan**

a) Tendangan Lurus

Tendangan lurus merupakan serangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya ke arah depan dengan posisi badan menghadap ke depan, dengan kenaannya pakal jari-jari kaki bagian dalam, dengan sasaran ulu hati dan dagu Lubis & Wardoyo, (2016, p. 44).

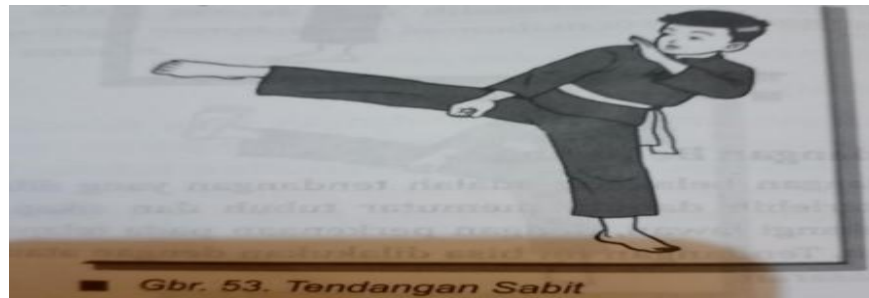


**Gambar 1.1** Tendangan lurus  
Lubis & Wardoyo, (2016, p. 44)

Pembahasan dalam melakukan pembelajaran tendangan lurus depan secara langsung.

b) Tendangan Sabit

Tendangan sabit adalah tendangan yang lintasannya setengah lingkaran ke dalam, dengan sasaran seluruh bagian tubuh, dengan punggung telapak kaki atau jari telapak kaki Lubis & Wardoyo, (2016, p. 47)



**Gambar 1.2** tendangan sabit  
Lubis & Wardoyo, (2016, p. 47)

Pembahasan dalam melakukan pembelajaran tendangan sabit secara langsung.