

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga sebagai salah satu model karya cipta manusia, merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang memiliki dimensi sangat kompleks. Adanya keterkaitan antara kegiatan olahraga dengan keberadaan manusia adalah sesuatu yang tidak dapat di pisahkan. Olahraga adalah gerak dan merupakan kodrat manusia. Berawal dari gerak dan bergerak manusia selanjutnya menjadi suatu perilaku bermakna dan memiliki tujuan tertentu. Adapun bentuk kegiatannya berkaitan erat dengan perilaku manusia dan tinjauannya akan lebih luas dan mendalam, hal ini karena manusia dan tinjauannya akan lebih luas dan mendalam, hal ini karena manusia memiliki berbagai potensi oleh sebab itu olahraga sebagai suatu cara untuk meningkatkan kualitas manusia.

Kegiatan olahraga di Indonesia dilaksanakan sepanjang tahun mulai dari tingkat daerah hingga tingkat Nasional bahkan sampai taraf Internasional. Hal ini menunjukkan perkembangan yang pesat dan menggembirakan bagi dunia olahraga di tanah air, khususnya di Tarumajaya, Kabupaten Bekasi, banyak cabang olahraga yang sudah di kenal oleh masyarakat, baik olahraga tradisional. Salah satu cabang olahraga tradisional dan merupakan warisan dari nenek moyang kita yang harus tetap dilestarikan adalah olahraga pencak silat.

Olahraga pencak silat merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia. Para pendekar dan pakar pencak silat meyakini bahwa masyarakat Indonesia menciptakan dan menggunakan ilmu bela diri ini sejak masa prasejarah di mana pada sejak masa itu manusia harus menghadapi alam yang keras untuk tujuan

mempertahankan hidup dengan melawan binatang buas, pada akhirnya manusia mengembangkan gerakan-gerakan bela diri yang telah di kembangkan secara turun temurun hingga mencapai bentuknya seperti sekarang ini. Pada hakekatnya pencak silat merupakan perpaduan antara keharmonisan, akal kehendak, dan kesadaran pada kodrat manusia sebagai makhluk hasil ciptaan Tuhan Yang Maha Esa.

Selain dari itu, gerak dasar olahraga pencak silat adalah suatu gerak terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali, yang mempunyai empat aspek sebagai satu kesatuan, yaitu aspek mental spritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya. Dengan demikian pencak silat merupakan cabang olahraga tradisional yang cukup lengkap untuk dipelajari karena memiliki empat aspek yang merupakan satu kesatuan utuh dan tidak dapat dipisah-pisahkan.

Pencak silat telah menjadi cabang olahraga yang di kenal luas dalam tataran Asia bahkan sudah berkembang pada tataran dunia Internasional. Dalam Kejuaraan Dunia Pencak Silat, peserta tidak lagi hanya berasal dari kawasan Asia, tetapi juga utusan dari negara di setiap Benua. Hal ini menandakan bahwa pencak silat telah memberikan warna tersendiri dalam perkembangan olahraga secara global.

Seiring dengan perkembangan olahraga pencak silat yang berakar dari budaya bangsa Indonesia, pencak silat memiliki keragaman yang sangat khas di setiap wilayah maupun setiap Provinsi seperti di Provinsi Jawa Barat khususnya di daerah Tarumajaya. Selain itu pencak silat perlu di perkenalkan dan dipelajari oleh segenap lapisan masyarakat, terlebih lagi para siswa sekolah khususnya di sekolah-sekolah tingkat menengah atas yang ada di Tarumajaya, yang merupakan tempat untuk mencari bibit atlet yang unggul. Sehingga perkembangan pencak silat telah semakin

lengkap, baik sebagai olahraga kompetitif, sebagai budaya bangsa, maupun sebagai salah satu kegiatan dalam pendidikan jasmani.

Berdasarkan pengamatan yang kami lakukan bahwa atlet-atlet pencak silat yang berasal dari daerah Tarumajaya pernah menorehkan prestasi yang baik pada kejuaraan-kejuaraan yang pernah dilaksanakan, baik ditingkat daerah maupun tingkat Nasional. Namun seiring dengan perkembangan olahraga pencak silat sekarang ini tidak ada lagi pesilat dari daerah ini yang dapat mewakili, Tarumajaya di tingkat Nasional, hal ini berarti terjadi kemerosotan prestasi. Keadaan ini harus segera ditanggulangi dalam mengambil langkah-langkah dan tindakan tegas guna mencegah dan membendung kemerosotan yang timbul dengan meningkatkan prestasi secara maksimal.

Pada abad modern mengajarkan kepada bangsa-bangsa di dunia bahwa lewat pendekatan ilmiah, puncak prestasi dapat dicapai serta latihan yang maksimal. Berbicara tentang prestasi olahraga mau tidak mau, olahragawan atau atlet harus sebagai pelaku utama dalam mengelolah pencapaian puncak prestasi dengan segala kemampuan dan keterbatasannya. Untuk itu terlebih dahulu harus dilakukan pengukuran dan penilaian terhadap kemampuan dasar yang dimiliki atlet antara lain kelincahan dan keseimbangan.

Sejalan dengan itu, maka kami akan lakukan kajian ilmiah dengan mengadakan suatu penelitian cabang olahraga pencak silat pada salah satu Perguruan Pencak Silat Taruamajaya. Dengan alasan, kami melihat masih banyak atlet pada saat mengikuti pencak silat, kurang baik dalam melakukan teknik-teknik dasar seperti kuda-kuda, sikap pasang, pola langkah, belaan, tangkapan dan serangan. Secara khusus kami akan melakukan penelitian tentang salah satu serangan tendangan

yaitu tendangan sabit, karena setelah melihat dan mengobservasi atlet pada PSN ISMD Putra Setia masih banyak melakukan kesalahan dalam melakukan tendangan sabit, terutama pada faktor kelincahan dan keseimbangan saat melakukan tendangan sabit. Oleh karena itu dalam olahraga pencak silat serangan dengan menggunakan tendangan lebih banyak memberikan keuntungan baik dalam memperoleh nilai dibandingkan dengan menggunakan tangan. Adapun faktor pada penelitian ini adalah ; faktor kelincahan dan keseimbangan.

Berdasarkan uraian di atas, maka kami akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kelincahan dan Keseimbangan Pada Tendangan Sabit Atlet PSN ISMD PUTRA SETIA Tarumajaya”.

Kegiatan olahraga dalam hal peningkatan prestasi bukanlah kegiatan semudah membalikkan telapak tangan akan tetapi membutuhkan berbagai usaha terhadap peningkatan berbagai faktor, seperti hambatan dan tantangan dalam mencapai prestasi. Kenyataan menunjukkan bahwa dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi sekarang ini telah mempercepat terjadinya perubahan dalam kehidupan masyarakat dalam usaha peningkatan prestasi olahraga dan dengan sendirinya terjadi persaingan dalam peningkatan prestasi.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah merupakan salah satu tahapan di antara sejumlah tahapan penelitian yang memiliki kedudukan yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Tanpa perumusan masalah, suatu kegiatan penelitian akan sia-sia, bahkan tidak akan menghasilkan apa-apa.

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan terhadap tendangan sabit?
2. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan terhadap tendangan sabit?
3. Apakah terdapat hubungan secara bersama-sama antara kelincahan dan keseimbangan terhadap tendangan sabit?

### **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelincahan dan keseimbangan pada tendangan sabit atlet pencak silat PSN ISMD PUTRA SETIA Tarumajaya.

### **D. Manfaat Penelitian**

Diharapkan dengan di susunnya penelitian ini dapat digunakan oleh berbagai pihak, diantaranya:

1. Memberikan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti melalui penelitian ini untuk melakukan penelitian-penelitian selanjutnya.
2. Penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi keilmuan bagi atlet maupun pelatih untuk mengetahui kelincahan dan keseimbangan pada atlet.
3. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya.