

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan olahraga memiliki peran penting dalam kehidupan manusia karena aktivitas manusia terdiri dari gerak anggota tubuh sehingga diperlukan aktivitas untuk mendukung kebugaran jasmani maupun rohani. Seiring dengan perkembangan zaman manusia memiliki tujuan yang berbeda dalam berolahraga mulai dari olahraga permainan, olahraga untuk kebugaran dan olahraga untuk meningkatkan prestasi. Pencak silat memiliki empat aspek yang merupakan satu kesatuan yang tidak dapat pisahkan yaitu meliputi aspek mental sepiritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni. Aspek yang terkandung dalam pencak silat menjadikan pencak silat berbeda dengan beladiri yang lain. Pencak silat adalah satu cabang olahraga bela diri yang berasal dari rumpun melayu yang merupakan warisan bangsa Indonesia yang juga berperan dalam memajukan prestasi olahraga.

Pencak Silat merupakan salah satu bela diri khas bangsa Indonesia yang merupakan peninggalan dari nenek moyang secara turun temurun melekat pada masyarakat. Pencak Silat pada dasarnya adalah bentuk perpaduan antara akal, kerohanian, dan besaran manusia pada makhluk Tuhan yang membentuk 4 aspek yaitu rohani, seni, beladiri, dan olahraga. Pertandingan pencak silat dapat dibedakan menjadi empat kategori yaitu, kategori tanding, kategori tunggal, kategori ganda, dan kategori regu.

Tendangan T merupakan tendangan yang menggunakan sebelah kaki dan tungkai, lintasannya lurus kedepan dan kenaannya pada tumit, telapak dan sisi luar telapak kaki, posisi lurus, biasanya digunakan untuk serangan samping, dengan sasaran seluruh bagian tubuh. Tendangan T adalah tendangan yang dilakukan sikap tubuh miring. Bagian kaki yang dibenturkan pada saat melakukan yaitu sisi telapak kaki atau pedang kaki. Cara melakukan tendangan T ini pada prinsipnya sama dengan tendangan-tendangan yang lain cara melatihnya, mula-mula awali dengan sikap pasang, tekuk dan angkatlah lutut setinggi mungkin dengan posisi badan menyamping dan dorong kaki dengan posisi hutuf T, lalu segera tarik

kembali kaki anda seperti gerakan mengayun dan paha tetap diangkat tinggi, letakkan kelantai untuk membentuk sikap pasang seperti waktu akan melakukan tendangan.

Metode Drill merupakan metode pembelajaran yang menyenangkan dan menggunakan teknik latihan. Metode Drill pembelajaran yang berpusat pada latihan yang menyebabkan siswa akan memperoleh ketangkasan dan kemahiran dalam melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dipelajarinya, untuk melakukan latihan siswa harus diberi pengertian sebelum diadakan latihan, siswa melakukan latihan untuk mencapai tujuan. Latihan adalah proses melakukan program olahraga yang telah disusun secara sistematis. Kondisi fisik pada saat proses latihan harus disiapkan dalam keadaan baik guna meningkatkan kesegaran tubuh dan fungsional tubuh sehingga berkemungkinan siswa mencapai prestasi yang lebih tinggi. Dalam proses latihan, pelatih harus menerapkan metode latihan agar dapat mencapai tujuan serta terencana dan terlaksana dengan kondisi yang sedang terjadi. Oleh karena itu, peneliti mencetuskan metode baru yaitu dengan metode drill yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan pada siswa. Metode drill merupakan kegiatan belajar dengan menekankan pada teknik yang dilakukan dengan berulang-ulang hingga menjadi kebiasaan baik.

Melihat besarnya potensi tendangan T pada sebuah pertandingan pencak silat, maka perlu dikaji secara mendalam faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kemampuan tendangan T seorang siswa. Oleh karena itu, penelitian ini ingin mengkaji secara lebih mendalam bagaimana upaya meningkatkan keterampilan tendangan t menggunakan metode drill pada siswa pencak silat klub sma negeri 1 barus jahe.

Dari uraian di atas, hasil ulangan harian kelas X SMA Negeri 1 Baus Jahe yang diperoleh siswa tidak sesuai dengan standar ketuntasan belajar siswa. Di mana hasil ulangan yang diperoleh siswa masih di bawah nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), sementara nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) di SMA Negeri 1 Barus Jahe 70. Sebagai gambaran dapat dilihat pada tabel 1.1.

Tabel 1.1 Data Nilai Siswa kelas X SMA Negeri 1 Barus Jahe

Tahun Pelajaran	KKM	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa		Nilai rata-rata Siswa
			Tuntas	Tidak Tuntas	
2021/2022	70	23	12 (57%)	11 (43%)	65

Sumber : Data Nilai Siswa Kelas IV Elim Kairos Smart

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan pelatih masih banyak siswa melakukan tendangan T terlihat kaku dan kurang efisien untuk melakukan tendangan T, kurangnya ketetapan pada saat siswa melakukan tendangan T, Kurangnya keberanian dan keaktifan serta dalam melakukan teknik tendangan T, siswa asyik memperhatikan temannya sehingga membuat siswa tidak konsentrasi dalam latihan yang di ajarkan pelatih, serta pelatih belum maksimal menerapkan pemanasan sebelum melakukan latihan . Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul : **“Upaya Meningkatkan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe ”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas, adapun identifikasi masalah pada penelitian ini antara lain :

1. Masih banyak siswa melakukan tendangan T terlihat kaku dan kurang efisien untuk melakukan tendangan T
2. Kurangnya ketetapan pada saat siswa melakukan tendangan T
3. Kurangnya keberanian dan keaktifan serta dalam melakukan teknik tendangan T
4. Siswa asyik memperhatikan temannya sehingga membuat siswa tidak konsentrasi dalam latihan yang di ajarkan pelatih
5. pelatih belum maksimal menerapkan pemanasan sebelum melakukan latihan

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, luasnya kajian masalah yang diteliti serta terbatasnya kemampuan dan waktu yang ada, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini yaitu, Upaya Meningkatkan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana pelaksanaan latihan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe?
2. Bagaimana hasil latihan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe?
3. Apakah Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian adalah :

1. Untuk mengetahui pelaksanaan latihan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe
2. Untuk mengetahui ketuntasan latihan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe
3. Untuk mengetahui peningkatan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Guru

Dapat dijadikan bahan informasi untuk Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe

2. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para siswa pencak silat di kabupaten karo untuk adanya evaluasi terhadap latihan tendangan T.

3. Bagi Peneliti

Dapat dijadikan acuan atau gambaran saat akan melakukan penelitian dalam upaya pengembangan ilmu keolahragaan, sehingga diharapkan penelitian yang dilakukan mendapatkan hasil yang lebih baik lagi.

