

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Era modern ini pendidikan semakin lama dituntut untuk membenahi diri. Generasi muda seakan-akan diharuskan untuk mempunyai pendidikan yang berkualitas yang sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Peran pendidikan sangat berpengaruh dalam pembentukan jasmani, akal dan akhlak seseorang sejak dilahirkan hingga dia mati, dimana pendidikan tersebut dapat bermanfaat dikemudian hari. Menurut UU Tahun 2003 Nomor 20 tentang SISDIKNAS mengemukakan bahwa: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat.

Dalam dunia Pendidikan terdapat pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK), terdapat sembilan ruang lingkup yaitu permainan dan olahraga, pembelajaran atletik, pembelajaran beladiri, pembelajaran senam lantai, pembelajaran aktivitas gerak berirama, pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani, akuatik (aktivitas air), pendidikan luar kelas dan kesehatan meliputi budaya hidup sehat (Hamzah & Hartoto, 2016). Selain aktivitas gerak berirama, kebugaran jasmani dan budaya hidup sehat seperti yang dinyatakan Luthfiana (2020) bahwa olahraga pencak silat sebagai bagian dari program pendidikan jasmani dan olahraga merupakan wahana yang dapat mengembangkan nilai-nilai pendidikan karakter karena bersumber pada budaya bangsa Indonesia.

Sehingga dalam mempertahankan budaya bangsa, olahraga pencak silat menjadi salah satu cara dalam rangka melakukan perbaikan jati diri bangsa yang sekian dekade ini mengalami penurunan moral dan karakter. Pencak Silat sebagai bagian dari kebudayaan bangsa indonesia berkembang sejalan dengan sejarah masyarakat Indonesia. Dengan aneka ragam semua geografis dan etnologis serta perkembangan zaman yang dialami oleh bangsa Indonesia, pencak silat dibentuk oleh situasi dan kondisinya. Kini pencak silat kita dikenal dengan wujud dan corak

yang beraneka ragam, namun mempunyai aspek-aspek yang sama. Terlepas dari beragamnya jurus-jurus yang tercipta, di dalam praktik pencak silat termanifestasi unsur-unsur kepribadian bangsa Indonesia yang diwariskan turun temurun. Telah banyak dilakukan penelusuran filosofis dan kearifan lokal bela diri tradisional pencak silat. Namun, sampai saat ini, belum ada naskah atau himpunan buku mengenai sejarah bela diri bangsa Indonesia yang disusun secara ilmiah dan dapat dipertanggungjawabkan serta menjadi sumber bagi pengembangan yang lebih teratur. Keberadaan pencak silat secara turun-temurun dan bersifat pribadi atau kelompok memiliki latar belakang dan sejarah bela diri yang ditransmisikan melalui tuturan.

Sifat-sifat ketertutupan yang melingkupi keberadaan pencak silat sebagian besar terlahir dari refleksi tindak membela diri pada zaman penjajahan di masa lalu. Di beberapa daerah di Indonesia, pencak silat ditampilkan hampir semata-mata sebagai seni tari, yang sama sekali tidak mirip dengan olahraga ataupun bela diri. Misalnya, tari Serampang Dua Belas di Sumatera Utara, tari Randai di Sumatera Barat, dan tari Ketuk Tilu di Jawa Barat. Dalam pandangan seni, pencak silat dapat divisualisasikan sebagai rangkaian variasi gerak berpola yang efektif, indah, dan sesuai dengan mekanisme tubuh sebagai manifestasi keluhuran budi, yang dapat digunakan untuk pembelaan diri, sebagai hiburan, serta menjamin kesegaran dan ketangkasan jasmani. Pencak silat pada hakikatnya adalah substansi dan sarana pendidikan rohani dan jasmani untuk membentuk manusia tangkas yang mampu menghayati dan mengamalkan nilai-nilai moral masyarakat yang luhur (Ediyono & Widodo, 2019).

Pencak silat perlu dikembangkan didunia pendidikan juga yaitu melalui kegiatan ekstrakurikuler disekolah, hal tersebut sudah tidak asing lagi bagi kita, yang mana kegiatan ekstrakurikuler ini dilaksanakan setelah berlangsungnya kegiatan belajar mengajar, dengan bertujuan untuk meningkatkan kekreatifitasan siswa di bidang non-akademik. Ekstrakurikuler di sekolah merupakan kegiatan yang bernilai tambah yang diberikan sebagai pendamping pelajaran yang diberikan secara intrakurikuler (Sutisna, 2019). Kehadiran kegiatan ekstrakurikuler di samping kegiatan intra kurikuler dimungkinkan karena banyak manfaat yang didapatkan dari kegiatan tersebut. Ekstrakurikuler dapat disebut sebagai bagian dari pendidikan dalam arti luas.

Dengan demikian kegiatan ini juga merupakan proses yang sistematis dan sadar didalam membudayakan warga negara muda agar memiliki kedewasaan sebagai bekal kehidupannya (Mubarok, 2010). Dalam perkembangannya pembelajaran pencak silat di sekolah tidak hanya dilaksanakan pada kegiatan ekstrakurikuler saja tetapi sudah masuk pada intrakurikuler. Namun bagi siswa yang tidak pernah mendapat pembelajaran pencak silat akan merasa kebingungan serta kurang paham atas apa yang disampaikan oleh guru pada umumnya karena belum memiliki kemampuan dasar jika guru tersebut langsung memberikan materi terkait jurus tunggal baku yang akan ajarkan, maka dari itu peneliti akan mengembangkan keterampilan jurus tunggal baku pada anak yang telah menguasai rangkaian gerak jurus tunggal baku yang terdiri dari tujuh jurus tangan kosong, tiga jurus golok dan empat jurus toya pada siswa yang telah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di SDN Ciheulang 03, karena ditemukanya beberapa masalah yaitu kurang terampilnya dalam mempraktikan jurus tunggal baku sehingga berpengaruh terhadap kebenaran gerak kemantapan gerak penghayatan, dan stamina , hal tersebut dipengaruhi beberapa aspek fisik yaitu kekuatan, kecepatan, kelincahan, dan koordinasi gerak, dalam meningkatkan keterampilan jurus tunggal baku.

Maka perlu pendekatan pembelajaran serta metode yang akan di terapkan sesuai dengan sifat dan jenis materi. Lubis dan Wardoyo (dalam Suryadin, 2020, hlm. 85) mengungkapkan bahwa “Kategori tunggal adalah kategori pertandingan pencak silat yang menampilkan seorang pesilat memperagakan kemahirannya dalam jurus baku tunggal secara benar, tepat, dan mantap, penuh penuh penjiwaan dengan tangan kosong dan” hal tersebut dapat membedakan kategori tunggal baku dengan kategori lainnya dalam pencak silat. Maka perlu strategi dan pendekatan pembelajaran yang efektif serta efisien dengan metode latihan yang dapat meningkatkan keterampilan jurus tunggal baku dalam waktu yang begitu cepat dalam mencapai target pencapaianya, sehingga target pencapaian peserta didik dalam mengikuti kegiatan latihan dapat tercapai sehingga terdapat pengembangan dirinya untuk meraih prestasi pada cabang olahraga pencak silat.

Perlu adanya peningkatan dan pendekatan pembelajaran yang akan digunakan dalam seni beladiri, dengan menggunakan pendekatan pembelajaran seni beladiri. Merujuk pada penelitian terdahulu yang mengidentifikasi terkait pendekatan pembelajaran seni beladiri yang dilakukan oleh Vertonghen et Al (2012, n.d.) berjudul “*teaching martial arts: The analysis and identifications of teaching approaches in youth martial arts practice*” berdasarkan hasil riset peneliti terdahulu terdapat tiga pendekatan pengajaran seni beladiri yang di identifikasi menggunakan *TAMA (Teaching Approaches Martial Arts Framework)*, guru menggunakan metode pengajaran tradisional dengan menggunakan pendekatan

analitis akan memakan waktu yang cukup lama sama hal nya seperti pendekatan pembelajaran olahraga yang menggunakan teknik analitis memerlukan waktu yang cukup lama juga untuk mencapai menjadi atlet beladiri yang baik dengan beranggapan kesempurnaan teknis sebagai hal yang penting, dan guru yang menggunakan metode efisiensi dalam beladiri fokus guru yang menggunakan pendekatan pengajaran yang global dan berfokus utamanya pada pelaksanaan suatu teknik secara efektif pada kompetensi dan peningkatan keterampilan pertunjukan.

Dalam metode pengajaran yang di terapkan guru dengan pendekatan tradisional dan pendidikan olahraga hasil riset mengatakan bahwa terkadang mereka harus memperkenalkan beberapa variasi dan tema-tema selangkah demi selangkah untuk membuat latihan lebih menyenangkan hanya saja ketika semua peserta didik harus telah menguasai tehniknya baru kemudian melanjukan ke materi berikutnya, berbeda dengan pendekatan tradisional dan pendidikan olahraga, pendekatan pembelajaran efisiensi mengajarkan teknik terutama dalam pandangan global, jika tidak maka latihan akan terlalu membosankan, pendekatan yang secara analitis dengan pendekatan efisiensi menjadikan suatu teknik jadi beberapa gerakan. Pendekatan pengajaran ini lebih efektif dan cenderung lebih singkat dibanding pendekatan pengajaran tradisional dan pendidikan olahraga yang memakan waktu cukup lama membutuhkan waktu 6 tahun untuk berkompetisi.

Melalui pendekatan pengajaran efisiensi guna untuk meningkatkan keterampilan jurus tunggal baku yang mana akan di berikan tindakan latihan menggunakan metode *random practice*, dalam metode latihan *random practice* mengharuskan atlet mengikuti berbagai program latihan dalam satu waktu, misalkan siswa akan berlatih penguasaan gerak secara bermsamaan sebanyak 14 jurus dalam satu sesi latihan, dimulai dari urutan gerakan jurus 1 di lanjutkan ke gerakan ke dua sampai ke jurus 14 lalu kembali lagi ke jurus 1, siswa di kelompokan secara acak bersama siswa yang mempunyai pengalaman dalam bertanding dan siswa di persilahkan untuk saling mengoreksi satu sama lain, metode latihan *random practice* memiliki peningkatan yang cukup baik sehingga ada keterhubungan dengan pendekatan pembelajaran efisiensi yang mana bisa menerapkan metode latihan *random practice*, begitupun dengan metode latihan *block practice* pada metode latihan ini terletak pada tahapan-tahapan berlatihnya secara berulang-ulang dalam satu sesi latihan misalnya siswa mempraktekan jurus tunggal 2 jurus terlebih dahulu kemudian di beri evaluasi gerakan dan terus di ulang sampai siswa benar benar mengusai apa yang telah di koreksi pada jurus yang merekakuasai, seperti yang di jelaskan oleh Edward (dalam Yudi Rachman dkk, 2023) "kelebihan metode latihan *block practice* terletak pada latihan yang berulang-ulang, kinerja yang memungkinkan peserta didik mengoreksi dan menyesuaikan

diri dengan aspek keterampilan yang diajarkan, dipaparkan oleh peneliti terdahulu yang telah dilakukan oleh Yudi Rachman dkk (2023) yang berjudul “pengaruh *block practice* dan *random practice* terhadap penguasaan dari rangkaian jurus beregu pencak silat” yang mana hasilnya kedua nya memiliki peningkatan yang sama, peneliti memilih model latihan *random practice* yang akan di terapkan pada keterampilan jurus tunggal baku peneliti memilih model latihan *random practice* yang akan di terapkan pada keterampilan jurus tunggal baku karena di butuhkan suatu pengelolaan dengan menggunakan metode, strategi, atau model yang tepat. Karena pemilihan strategi atau pendekatan pembelajaran yang tepat maka akan memungkinkan proses pembelajaran lebih mudah di capai.

Dengan begitu hasil kajian literatur yang peneliti dapatkan pendekatan pembelajaran efisiensi dengan menggunakan metode latihan *random practice* bisa digunakan untuk memperbaiki permasalahan yang berkaitan dengan keterampilan jurus tunggal baku, yang mana metode tersebut sesuai dengan suasana latihan yang sering berjalan sesuai jadwalnya. adanya keterhubungan pendekatan pembelajaran efisiensi yang dalam pelaksanaanya cukup efisien dengan terdapat fokus perkembangan keterampilan dan pertunjukan pada kompetisi, pembelajaran di bagi beberapa kelompok, dan menekankan bahwa peserta didik harus saling membantu satu sama lain.

Berdasarkan apa yang dipaparkan oleh peneliti terdahulu terkait metode pengajaran yang diterapkan pada seni beladiri remaja dengan penekanannya pada teknik sparing dan melalui penerapan metode latihan dengan *random practice* pada jurus beregu dalam pencak silat, kiranya perlu melakukan penelitian lebih lanjut dan temuan baru terkait hasil penelitian terdahulu, terdapat saran untuk dikembangkan pada pendekatan pembelajaran efisiensi maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan pendekatan pengajaran efisiensi yang berjudul “Peningkatan Keterampilan Jurus Tunggal Baku Melalui Pendekatan Pembelajaran Efisiensi” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan terhadap keterampilan jurus tunggal baku dengan pendekatan pembelajaran efisiensi menggunakan metode latihan *random practice*, dan untuk mengetahui pengaruh pendekatan pembelajaran efisiensi terhadap peningkatan keterampilan jurus tunggal baku berdasarkan jenis kelamin, dengan menggunakan metode latihan *random practice* peneliti melakukan temuan terbaru yang akan di terapkan pada kategori jurus tunggal baku, pada dasarnya pendekatan pembelajaran ini hanya di terapkan pada cabang olahraga bersetuhan atau sparing begitupun dengan pelatihan menggunakan *random practice* yang diterapkan pada kategori jurus beregu dalam pencak silat kini akan dikembangkan oleh peneliti pada kategori seni pencak silat jurus tunggal baku, dalam kegiatan ekstakurikuler di sekolah melalui 12 kali pertemuan dengan jadwal latihan

sebanyak 3 kali dalam seminggu seperti yang di jelaskan oleh Hidayat (2015) Atlet sebaiknya berlatih 2-5 kali dalam seminggu, tergantung dari tingkat keterlibatannya dalam olahraga. Pada penelitian ini 2 pertemuan akan dilaksanakanya pretest sebelum di berikan perlakuan dan posttest setelah nya maka penelitian ini dilaksanakan 14 kali pertemuan Karena jurus tunggal baku sangat kompleks yang terdiri dari berbagai macam gerak dan jurus, baik tangan kosong maupun senjata golok dan toya sehingga memerlukan waktu yang cukup banyak.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan permasalahan sebai berikut :

1. Apakah terdapat Peningkatan Keterampilan Jurus Tunggal melalui Pendekatan Pembelajaran Efisiensi ?
2. Bagaimana pengaruh Pendekatan Pembelajaran Efisiensi terhadap Peningkatan Keterampilan Jurus Tunggal Baku Berdasarkan Jenis Kelamin?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui adakah pengaruh Pendekatan Pembelajaran Efisiensi terhadap Peningkatan Keterampilan Jurus Tunggal Baku
2. Untuk mengetahui adakah pengaruh Pendekatan Pembelajaran Efisiensi terhadap peningkatan keterampilan jurus tunggal baku berdasarkan jenis kelamin

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan diatas manfaat yang diperoleh pada penelitian ini adalah :

1. Manfaat teoritis
Manfaat teoritis diharapan menjadi tambahan pengetahuan terkait pencak silat juga menjadi referensi untuk mengembangkan pengetahuan dan rujukan untuk penelitian berikutnya
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi peneliti
Peneliti dapat mengetahui upaya untuk meningkatkan hasil belajar jurus tunggal baku pencak silat dengan pendekatan pembelajaran efisiensi.
 - b. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman guru untuk meningkatkan keterampilan jurus tunggal baku pencak silat dari hasil belajar pencak silat melalui pendekatan pembelajaran efisiensi.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi peningkatan keterampilan jurus tunggal baku pencaksilat siswa, sehingga dapat meningkatkan prestasi sekolah dan prestasi siswa.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Penulis menguraikan dari sistematika penulisan skripsi yang telah diberlakukan oleh Rektor Universitas Pendidikan Indonesia Nomor 7867/UN-40/HK/2021 mengenai “Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia Tahun 2021”. Didalamnya terdiri dari:

Struktur organisasi skripsi berisikan detail perihal serangkaian penulisan mulai bab serta sub bab untuk skripsi ini, diawali bab I hingga bab V.

1. Bagian awal dari skripsi memuat: Judul skripsi, lembar pengesahan, kata pengantar abstrak, Daftar Isi.
2. Bagian isi skripsi, mencakup:

Bab I Pendahuluan yang merupakan pendahuluan dan uraian dari skripsi:

- a. Latar Belakang
- b. Rumusan Masalah
- c. Tujuan Penelitian
- d. Manfaat penelitian
- e. Struktur organisasi skripsi

Bab II Kajian Pustaka yang merupakan pemaparan kajian Pustaka serta hipotesis penelitian:

- a. Pembahasan teori
- b. Hipotesis Penelitian

Bab III Metode Penelitian:

- a. Desain penelitian
- b. Partisipan penelitian
- c. Populasi dan sampel
- d. Instrumen penelitian

- e. Pengumpulan data
- f. Analisis data

Bab IV yang berisi temuan dan pembahasan

- a. Temuan penelitian
- b. Deskripsi data
- c. Pembahasan hasil dan temuan penelitian

Bab V yang berisi simpulan, implikasi, dan rekomendasi

- a. Kesimpulan
- b. Implikasi
- c. Rekomendasi hasil penelitian