

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Indonesia, Malaysia, Thailand - Growth Triangle (IMT-GT) merupakan salahsatu wadah silaturahmi antar 3 negara dalam meningkatkan persaudaraan di kancan olahraga antara perguruan tinggi. Kegiatan tahunan ini dilakukan antara 3 negara tersebut secara bergantian sebagai penyelenggara kegiatan. Ada banyak cabang olahraga yang dipertandingkan dan dilombakan dalam IMT-GT. Salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam IMT-GT adalah Pencak Silat.

Pencak Silat merupakan cabang olahraga beladiri asli dari daerah melayu. Khusus di Indonesia yang memiliki berbagai macam perguruan dan tersebar dari Sabang sampai Merauke. Hampir seluruh daerah di Indonesia memiliki perguruan silat dengan ciri khas masing-masing daerah, sebagian besar telah masuk kedalam Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) dan sebagian lagi masih mempertahankan kebudayaannya.

Perguruan Pencak Silat Merpati Putih (MP) merupakan beladiri asal Yogyakarta yang pada awalnya merupakan beladiri khusus keluarga kerajaan Mataram, seiring dengan dibutuhkannya beladiri untuk mempertahankan diri dari masa penjajahan, maka merpati putih mulai diajarkan kepada warga di sekitar kerajaan kemudian berkembang sampai Yogyakarta resmi berdiri resmi di pada tahun 1965. Sampai saat ini telah tersebar di Asia (Indonesia & Jepang), Eropa (Belanda & Francis) dan Amerika (Amerika Serikat).

Selain melatih fisik seperti umumnya beladiri lain dengan tujuan untuk meningkatkan kekuatan otot, daya tahan, kecepatan, kelenturan, kelincahan, kordinasi, keseimbangan, ketepatan dan kecepatan reaksi, perguruan ini terkenal dengan beladiri kebatinan yang mempelajari latihan pengolahan dan pembinaan nafas serta diiringi dengan meditasi untuk meningkatkan ketenangan, konsentrasi, dan kesensitifan panca indra antara tubuh dan lingkungan sekitar tubuh.

Perguruan Silat Merpati Putih kelompok latihan Universitas Sumatera Utara terdapat anggota yang memiliki keinginan dan pengalaman berprestasi di dunia persilatan (atlet) dan anggota yang memiliki niat hanya untuk menjaga kebugaran jasmasni dengan memiliki kemampuan beladiri untuk memperoleh kepercayaan diri pada lingkungan yang kurang aman (non atlet), dan ada banyak lagi alasan ketertarikan anggota untuk bergabung dalam perguruan silat merpati putih.

Dalam komponen fisik dalam olahraga, ada aspek pendukung dalam psikologi olahraga yang tidak dapat dipisahkan dalam dunia olahraga. Salah satu aspek penting dalam psikologi olahraga adalah konsentrasi, dimana konsentrasi merupakan suatu keadaan dimana kesadaran seseorang tertuju kepada suatu objek tertentu dalam waktu tertentu (Yuanita, 1996:132). Konsentrasi merupakan salah satu aspek yang penting dalam cabang olahraga Pencak Silat khususnya di merpati putih. Setiap pergerakan latihan pernafasan dalam Pencak Silat di merpati putih, membutuhkan konsentrasi yang tinggi untuk memperoleh hasil yang diinginkan. Dalam dunia olahraga beladiri sangat dituntut konsentrasi agar

meminimalisasi tingkat cedera dari hasil latihan ataupun mengantisipasi serangan dari lawan.

Dalam kehidupan sehari-hari konsentrasi juga dibutuhkan untuk melakukan aktivitas baik yang dilakukan secara sendiri maupun dilakukan bersama orang lain. Sebagai contoh dalam proses mengendarai kendaraan dari suatu tempat ke tempat lain juga dibutuhkan konsentrasi agar menjamin keselamatan bagi pengendara maupun sekitarnya dari hal yang tidak diinginkan.

Perhatian atau konsentrasi adalah proses yang mengarahkan kesadaran akan informasi menjadi sesuatu yang berfungsi pada penghindraan (Singgih, 2008:87). Saat melakukan pengarahan dalam berkomunikasi antara pelatih dan atlet juga membutuhkan konsentrasi baik dari komunikator maupun komunikan agar dapat memahami inti dari strategi ataupun teknik yang diberikan oleh pelatih sebagai komunikator. Semakin tinggi konsentrasi yang dimiliki oleh seseorang akan meningkatkan performanya dalam menjalani kehidupan olahraga maupun dalam kehidupan diluar olahraga. Untuk itu, penulis akan meneliti tingkat konsentrasi yang dimiliki atlet dan non atlet pada Kelompok latihan silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan ungkapan latar belakang diatas, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Adakah perbedaan konsentrasi atlet dan non atlet pada anggota kelompok latihan silat merpati putih Universitas Sumatera Utara ?

2. Berapa besar perbedaan tingkat konsentrasi atlet dan non atlet pada anggota Silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara ?
3. Hal apa saja yang mempengaruhi tingkat konsentrasi pada anggota Silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara ?

### **C. Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari penafsiran dan permasalahan yang melebar dalam penelitian, maka masalah dalam penelitian ini akan dibatasi dalam fokus pembahasan konsentrasi, kecepatan reaksi dan Pencak Silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dibahas diatas, maka beberapa masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Adakah perbedaan tingkat konsentrasi antara atlet dan non atlet pada kelompok latihan silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara tahun 2017 ?
2. Adakah pengaruh konsentrasi pada kecepatan reaksi tubuh antara atlet dan non atlet kelompok silat merpati putih universitas sumatera utara tahun 2017 ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan diatas, penelitian ini mempunyai tujuan :

1. Mengetahui tingkat konsentrasi atlet pada kelompok latihan silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara tahun 2017.
2. Mengetahui tingkat konsentrasi non atlet pada kelompok latihan silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara tahun 2017.
3. Mengetahui pengaruh latihan pernafasan dan meditasi terhadap konsentrasi anggota kelompok latihan silat merpati putih Universitas Sumatera Utara tahun 2017.

### **F. Manfaat Penelitian**

Setelah penelitian selesai, diharapkan mempunyai manfaat yang diantaranya sebagai berikut :

1. Menjadi tolak ukur dan masukan bagi pembina maupun pelatih perguruan Pencak Silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara.
2. Untuk bahan evaluasi dalam mempertahankan atau meningkatkan konsentrasi anggota Pencak Silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara.
3. Dapat meningkatkan konsentrasi pada setiap anggota Pencak Silat Merpati Putih Universitas Sumatera Utara.
4. Sebagai referensi peneliti berikutnya dalam bidang konsentrasi dan olahraga.