

II. TINJAUAN PUSTAKA

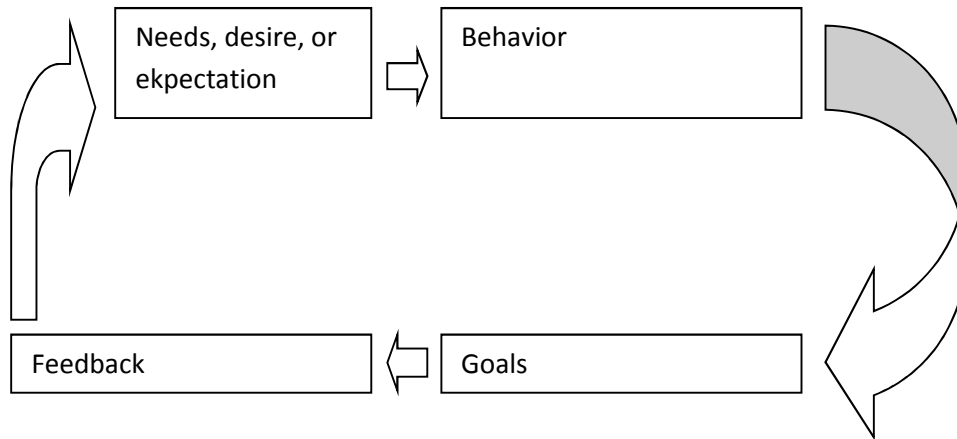
A. Pengertian Motivasi

Motivasi berasal dari kata **motif yang** dapat diartikan sebagai dorongan atau kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu bertindak atau berbuat (Hamzah B. Uno, 2006 : 3). Jadi Motivasi berarti tenaga pendorong yang mendorong manusia untuk bertindak atau berbuat.

Motivasi adalah proses psikologis yang dapat menjelaskan perilaku seseorang. Perilaku pada hakikat berorientasi pada satu tujuan, dengan kata lain, perilaku seseorang dirancang untuk mencapai tujuan. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan proses interaksi dari beberapa unsur. Dengan demikian, motivasi merupakan kekuatan yang mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan. Kekuatan-kekuatan ini pada dasarnya dirangsang oleh adanya berbagai macam kebutuhan, seperti:

- a. Keinginan yang hendak dipenuhi
- b. Tingkah laku
- c. Tujuan
- d. Umpan balik

Proses interaksi ini disebut sebagai produk motivasi dasar (*basic motivations process*), dapat digambarkan dengan model proses seperti berikut.



Sumber (Hamzah B. Uno, 2006 : 5)

Motivasi dapat dibedakan menjadi dua yaitu:

- a. Motivasi intrinsik yaitu yang muncul dari dalam seperti minat dan keingintahuan (*curiosity*), sehingga seseorang tidak lagi termotivasi untuk melakukan sesuatu oleh bentuk-bentuk insentif atau hukuman.
- b. Motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang disebabkan oleh keinginan untuk menerima ganjaran atau menghindari hukuman, motivasi yang terbentuk oleh factor-faktor eksternal berupa ganjaran atau hukuman. (Hamzah B. Uno, 2006 : 7)

Motivasi adalah penggerak tingkah laku kearah suatu tujuan dengan di dasari adanya suatu kebutuhan. Menurut Mc. Donald dalam Sardiman (2004:73) motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya "*feelling*" dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Dari pengertian yang dikemukakan oleh Mc. Donald ini maka timbul *element* penting:

- a) Bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi didalam sistem "*neurophysiological*" yang ada pada organisme manusia. Karena menyangkut perubahan energi manusia (walaupun motivasi ini muncul dari dalam diri manusia), penampakkannya akan menyangkut kegiatan fisik manusia.
- b) Motivasi tumbuh dengan ditandai dengan munculnya, rasa "*feelling*", afeksi seseorang. Dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia.
- c) Motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respons dari suatu aksi, yakni tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri seseorang atau manusia, tetapi kemunculannya ini dapat dirangsang/terdorong oleh unsur lain, dalam hal ini adalah tujuan. tujuan ini akan menyangkut soal kebutuhan.

Dengan ketiga element diatas, maka dapat dikatakan bahwa motivasi itu sebagai sesuatu hal yang kompleks. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan berhubungan dengan persoalan gejala kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu, semua ini terdorong karena adanya tujuan kebutuhan atau keinginan. (Sardiman, 2004:74).

Dalam psikologi umum dan sosial (1979:86) usaha-usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi sehingga seseorang akan melakukan sesuatu yang dapat dilakukannya tanpa ada paksaan dan pengawasan disebut motivasi.

Jadi dapat disimpulkan bahwa Motivasi merupakan dorongan yang mendorong manusia untuk berbuat atau bertindak demi satu tujuan yang diharapkan.

B. Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler adalah wahana pengembangan pribadi peserta didik melalui berbagai aktivitas, baik yang terkait langsung maupun tidak langsung dengan materi kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler dilakukan di luar jam pelajaran biasa. Kegiatan tersebut biasanya dilaksanakan pada sore hari.

Keterbatasan waktu berolahraga yang dilakukan secara formal sangat menghambat tercapainya pembinaan secara maksimal untuk perkembangan dan pertumbuhan siswa. Oleh karena itu sering sekali ataupun wajib diadakan kegiatan di luar jam sekolah untuk memaksimalkan kegiatan bagi siswa yang mengikutinya walaupun kegiatan tersebut tidak formal. Dengan adanya kegiatan yang dilakukan diluar sekolah maka siswa dapat menyalurkan, memaksimalkan dan mengembangkan kemampuan beserta bakatnya yang terpendam di dalam dirinya masing masing. Melalui ekstrakurikuler siswa dapat benar benar menjadi manusia yang intensif. Siswa dapat belajar untuk menghormati keberhasilan orang lain, bersikap sportif, berjuang untuk mencapai prestasi secara jujur. Lebih jauh dijelaskan bahwa ekstrakurikuler sebagai jalur pembinaan kesiswaan mempunyai peranan utama sebagai berikut:

1. Untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, dalam arti memperkaya, mempertajam, serta memperbaiki pengetahuan para siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran sesuai dengan kurikulum yang ada.

2. Untuk melengkapi upaya pembiasaan, pemantapan dan pembetulan nilai-nilai kepribadian siswa.
1. Disamping berorientasi pada mata pelajaran yang diprogramkan usaha pemantapan dan pembentukan kepribadian siswa, banyak kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler lain yang di arahkan membina serta meningkatkan bakat, minat dan ketrampilan. Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah untuk memacu anak kearah kemampuan mandiri, percaya diri dan kreatif (Depdikbud, 1988:5). Selain memiliki peran, kegiatan ekstrakurikuler juga memiliki tujuan yaitu agar: 1). Siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan, mengenal hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusiaseutuhnya dalam arti: Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Berbudi pekerti luhur, Memiliki pengetahuan dan ketrampilan, Sehat jasmani dan rohani, Berkepribadian yang mantap dan mandiri, Memiliki rasa tanggungjawab kemasyarakatan dan kebangsaan. Dan yang ke 2). Yaitu untuk lebih memantapkan pendidikan kepribadian dan untuk lebih mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan.

Sumber (Wikipedia)

b. Jenis-jenis kegiatan ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler tentu berbeda-beda jenisnya, karena banyak hal yang memang berkaitan dengan kegiatan siswa selain dari kegiatan inti. Dengan beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang ada, siswa dapat memilih kegiatan yang sesuai dengan kemampuan dan minat masing-masing. Beberapa jenis kegiatan

ekstrakurikuler yang diprogramkan di sekolah dijelaskan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1995: 3) sebagai berikut

- a. Pendidikan kepramukaan
- b. Pasukan Pengibar Bendera (PASKIBRA)
- c. Palang Merah Remaja (PMR)
- d. Pasukan Keamanan Sekolah (PKS)
- e. Gema Pencinta Alam
- f. Filateli
- g. Koperasi Sekolah
- h. Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)
- i. Kelompok Ilmiah Remaja (KIR)
- j. Olahraga
- k. Kesenian.

Kegiatan ekstrakurikuler tersebut berbeda-beda sifatnya, ada yang bersifat sesaat dan ada pula yang berkelanjutan. Kegiatan yang bersifat sesaat seperti karyawisata dan bakti sosial, itu hanya dilakukan pada waktu sesaat dan alokasi waktu yang terbatas sesuai dengan kebutuhan, sedangkan yang sifatnya berkelanjutan maksudnya kegiatan tersebut tidak hanya untuk hari itu saja, melainkan kegiatan tersebut telah diprogramkan sedemikian rupa sehingga dapat diikuti terus sampai selesai kegiatan sekolah.

c. Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler

1. Pengembangan, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan kreativitas murid sesuai dengan potensi, bakat dan minat mereka.

2. *Sosial*, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial murid.
3. *Rekreatif*, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan suasana rileks, mengembirakan dan menyenangkan bagi murid yang menunjang proses perkembangan.
4. *Persiapan karier*, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kesiapan karir murid.

Sumber (Wikipedia)

d. Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler

1. *Individual*, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan potensi, bakat dan minat murid masing-masing.
2. *Pilihan*, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keinginan dan diikuti murid secara sukarela.
3. *Keterlibatan aktif*, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang menuntut keikutsertaan murid secara penuh.
4. *Menyenangkan*, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler dalam suasana yang disukai dan mengembirakan murid.
5. *Etos Kerja*, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang membangun semangat murid untuk berlatih dan beraktivitas secara optimal.
6. *Kemanfaatan sosial*, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan untuk kepentingan masyarakat.

7. *Wajib*, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler harus diikuti oleh seluruh murid kelas VII, VIII, X, dan XI.

e. Pelaksanaan

1. Spektrum kegiatan ekstrakurikuler dapat meliputi antara lain kegiatan keagamaan, olah-raga, seni dan budaya, berorganisasi, wirausaha, dan kegiatan sosial lainnya.
2. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dibina oleh petugas khusus yang ditunjuk oleh dan bertanggung-jawab kepada Kepala Sekolah.
3. Setiap peserta memiliki hak yang sama untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan potensi, minat dan bakatnya masing-masing.
4. Keterlaksanaan kegiatan ekstrakurikuler merupakan tanggung jawab bersama antara sekolah dan masyarakat (keluarga dan orang tua).
5. Pengorganisasian kegiatan ekstrakurikuler dilakukan melalui pembentukan antara lain klub-klub olah raga, sosial, dan kesenian di sekolah.
Pengaturannya dilakukan oleh pengurus OSIS di bawah bimbingan petugas penanggung-jawab kegiatan ekstrakurikuler.
6. Tiap peserta **wajib** mengikuti **salah satu** kegiatan ekstrakurikuler yang diminatinya sesuai dengan kemampuan bakatnya.

Sumber (Wikipedia)

C. Pencak Silat

a. Pengertian Pencak Silat

Pencak silat merupakan salah satu jenis beladiri yang sudah cukup tua umurnya. walaupun sampai saat ini belum di dapatkan secara pasti kapan dan oleh siapa pencak silat itu di ciptakan.

Pencak silat adalah suatu metode beladiri yang diciptakan oleh bangsa Indonesia guna mempertahankan diri dari bahaya. Bahaya yang mengancam keselamatan dan kelangsungan hidupnya. sebagai suatu metode/ilmu beladiri yang lahir dan berkembang di tengah-tengah kehidupan sosial masyarakat bangsa Indonesia pencak silat sangat dipengaruhi oleh falsafah, budaya dan kepribadian bangsa Indonesia.

Pencak Silat atau Silat (berkelahi dengan menggunakan teknik pertahanan diri) ialah seni bela diri Asia yang berakar dari budaya Melayu khususnya di Indonesia. Banyak ahli sejarah menyatakan bahwa Pencak Silat pertama kali ditemukan di Riau pada jaman kerajaan Sriwijaya di abad VII walaupun dalam bentuk yang masih kasar. Seni beladiri Melayu ini kemudian menyebar ke seluruh wilayah kerajaan Sriwijaya, semenanjung Malaka, dan Pulau Jawa.

Di Indonesia sendiri terdapat dua istilah dasar untuk pencak silat, yaitu pencak dan silat. Istilah pencak biasanya digunakan oleh masyarakat yang mendiami pulau jawa khususnya jawa barat. Sedangkan silat sendiri sering digunakan oleh masyarakat yang berada di pulau sumatra khususnya sumatra barat yang populer disebut silek atau bersilat.

Pencak Silat adalah kata majemuk. Pencak dan Silat mempunyai pengertian yang sama dan merupakan bagian dari kebudayaan masyarakat pribumi Asia Tenggara (Asteng), yakni kelompok masyarakat etnis yang merupakan penduduk asli negara-negara di kawasan Asteng (Brunei Darussalam, Filipina, Indonesia, Kamboja, Laos, Malaysia, Myanmar, Singapura, Thailand dan Vietnam).

Kata Pencak biasa digunakan oleh masyarakat pulau Jawa, Madura dan Bali, sedangkan kata Silat biasa digunakan oleh masyarakat di wilayah Indonesia lainnya maupun di Malaysia, Singapura, Brunei Darussalam serta di Thailand (bagian Selatan) dan Filipina.

Penggabungan kata Pencak dan Silat menjadi kata majemuk untuk pertama kalinya dilakukan pada waktu dibentuk suatu organisasi persatuan dari perguruan Pencak dan perguruan Silat di Indonesia yang diberi nama Ikatan Pencak Silat Indonesia, disingkat IPSI pada tahun 1948 di Surakarta.

Sejak saat itu Pencak Silat menjadi istilah resmi di Indonesia. Perguruan-perguruan yang mengajarkan Pencak dan Silat asal Indonesia di berbagai negara kemudian juga menggunakan istilah Pencak Silat.

Dalam kamus bahasa Indonesia, pencak silat di artikan permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang dan membela diri dengan atau tanpa senjata.

Menurut beberapa ahli pencak silat adalah gerak beladiri tingkat tinggi yang di sertai dengan perasaan, sehingga merupakan penguasaan gerak efektif dan terkendali serta sering dipergunakan dalam latihan sabung atau pertandingan.

Pendapat lain mengatakan bahwa pencak silat adalah sebagai fitrah manusia untuk membela diri dan silat sebagai unsur yang menghubungkan gerakan, dan pikiran (olah gerak dan olah pikir).

Dari beragam definisi yang telah dikemukakan, maka pada tahun 1975 Pengurus Besar Persatuan pencak Silat Indonesia (IPSI) mendefinisikan Pencak Silat sebagai Berikut “Pencak silat adalah hasil-hasil budaya manusia Indonesia untuk membela, mempertahankan eksistensi dan integritas terhadap lingkungan hidup, alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna peningkatan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Di dunia internasional Pencak Silat menjadi istilah resmi sejak dibentuknya Organisasi Federatif Internasional yang diberi nama Persekutuan Pencak Silat Antarabangsa, disingkat PERSILAT, di Jakarta pada tahun 1980. Walaupun demikian, karena kebiasaan, kata Pencak dan Silat masih digunakan secara terpisah.

Pencak silat menitik beratkan pada teknik penguncian, berjalan atau mengayun, menjatuhkan, pukulan dan tendangan dari sudut dan arah yang tidak terduga-duga. Teknik-teknik tersebut di tujukan pada titik-titik lemah. Sedangkan dalam permainan senjata, silat juga memegang peranan penting dalam pertarungan dan latihan silat. Senjata-senjata yang sering digunakan misalnya; golok, tombak, tongkat, sarung dan lain-lain.

b. Sejarah Pencak Silat

Keberadaan Pencak Silat baru tercatat dalam buku sastra pada abad XI. Dikatakan bahwa Datuk Suri Diraja dari Kerajaan Pahariyangan di kaki gunung Merapi, telah mengembangkan silat Minangkabau disamping bentuk kesenian lainnya. Silat Minangkabau ini kemudian menyebar ke daerah lain seiring dengan migrasi para perantau. Seni beladiri Melayu ini mencapai puncak kejayaannya pada jaman kerajaan Majapahit di abad XVI. Kerajaan Majapahit memanfaatkan pencak silat sebagai ilmu perang untuk memperluas wilayah teritorialnya

Dikawasan melayu dapat ditemukan beladiri pencak silat dengan menggunakan istilah bermacam-macam, seperti di semenanjung malaysia dan singapura di gunakan istilah bersilat, gayong, cekak. Di Thailand, di provinsi pattani, satun dan Narathiwat digunakan istilah bersilat juga. Sementara di Filipina selatan digunakan istilah pasilat. Ini membuktikan bahwa beladiri ini bersumber dari Indonesia, karena bila di urutkan perkembangannya mereka meyakini pernah berguru dengan orang Indonesia.

Pada masa kelahirannya, pencak silat lebih berfungsi pada upaya mempertahankan diri dari ancaman, khususnya yang datang dari sesama manusia. Dengan demikian tekanan utamanya adalah pembelaan diri. Seiring perkembangan peradaban masyarakat rumpun melayu fungsi pencak silatpun semakin meluas bukan hanya lagi berfungsi sebagai alat beladiri, namun juga sebagai sarana olahraga, sebagai alat pendidikan jasmani, rohani, dan sosial. Pencak silat bukan lagi hanya berfungsi sebagai alat beladiri (Teknis), namun juga

sebagai sarana olahraga (Atletika), sarana mencurahkan kecintaan pada rasa keindahan (estetika) dan sebagai alat pendidikan mental dan rohani (etika).

Sebagai suatu cabang olahraga beladiri, pencak silat memiliki gerakan-gerakan unik yang melibatkan semua komponen tubuh manusia. Gerakan-gerakan tersebut dalam suatu sistematika gerak yang disebut dengan jurus. Jurus merupakan rangkaian teknik-teknik dasar dalam bentuk tangkisan, pukulan, tendangan, tangkapan, jatuhan dan bantingan. Kemahiran dalam penggunaan teknik-teknik pencak silat yang di bagi menjadi teknik belaan dan serangan, haruslah diawali dengan penguasaan dasar secara baik dan benar.

Pencak silat dalam gerakannya berbeda antara daerah satu dengan daerah lainnya. Untuk daerah pegunungan, pada umumnya ditandai dengan sikap kuda-kuda yang kokoh dan gerak lengan yang lincah. Sedangkan untuk daerah-daerah datar ditandai dengan sikap kuda-kuda yang ringan dan olah gerak kaki yang lincah. Perbedaan tersebut disebabkan kondisi daerah dan bentuk ancumannya, termasuk jenis senjata yang digunakannya. Jurus-jurus yang digunakan untuk membela diri banyak diilhami dari olah gerak binatang-binatang, seperti macan, monyet, lar, bangau dan lain-lainnya.

Dengan aneka ragam situasi geografis dan etnologis serta perkembangan zaman yang dialami oleh bangsa Indonesia, Pencak Silat dibentuk oleh situasi dan kondisinya. Kini Pencak Silat kita kenal dengan wujud dan corak yang beraneka ragam, namun mempunyai aspek-aspek yang sama.

Pada waktu sebagian besar kawasan hidup masyarakat pribumi Asteng berada di bawah kekuasaan penjajah asing dari Eropa Barat, pendidikan Pencak Silat yang dipandang menanamkan jiwa nasionalis, telah dibatasi dan kemudian dilarang.

Tetapi kegiatan pendidikan Pencak Silat berjalan terus secara tertutup. Pada jaman pendudukan Jepang, Pemerintah yang berkuasa memberikan keleluasaan kepada rakyat untuk mengembangkan budayanya agar mendapat dukungan dalam perangnya melawan sekutu. Pada jaman ini, pendidikan Pencak Silat dilaksanakan seperti semula dan lebih meluas. Setelah kawasan hidup masyarakat pribumi Asteng bebas dari kekuasaan asing dan lahir negara-negara yang merdeka dikawasan tersebut, perkembangan dan penyebaran Pencak Silat semakin pesat. Lebih-lebih setelah dibentuknya organisasi nasional Pencak Silat di sebagian dari negara-negara tersebut, yakni : Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI), Persekutuan Silat Kebangsaan Malaysia (PESAKA), Persekutuan Silat Singapura (PERSISI), Persekutuan Silat Kebangsaan Brunei Darussalam (PERSIB), Pencak Silat Association of Thailand (PSAT) dan Philippine Pencak Silat Association (PHILSILAT).

Di dunia internasional Pencak Silat menjadi istilah resmi sejak dibentuknya Organisasi Federatif Internasional yang diberi nama Persekutuan Pencak Silat Antarabangsa, disingkat PERSILAT, di Jakarta pada tahun 1980.

c. Falsafah Pencak Silat

Falsafah Pencak Silat dinamakan falsafah budi pekerti luhur. Hal ini disebabkan karena falsafah ini mengandung ajaran budi pekerti luhur. Falsafah budi pekerti

luhur berpandangan bahwa masyarakat "tata-tentrem karta-raharja" (masyarakat yang aman-menentramkan dan sejahtera-membahagiakan) dapat terwujud secara maksimal apabila semua warganya berbudi pekerti luhur. Karena itu, kebijaksanaan hidup yang harus menjadi pegangan manusia adalah membentuk budi pekerti luhur dalam dirinya.

Budi adalah dimensi kejiwaan dinamis manusia yang berunsur cipta, rasa dan karsa. Ketiganya merupakan bentuk dinamis dari akal, rasa dan kehendak. Pekerti adalah budi yang terlihat dalam bentuk watak. Semuanya itu harus bersifat luhur, yakni ideal atau terpuji. Yang ingin dicapai dalam pembentukan budi pekerti luhur ini adalah kemampuan mengendalikan diri, terutama di dalam menggunakan "jurus".

"Jurus" hanya dapat digunakan untuk menegakkan kebenaran, kejujuran dan keadilan dalam rangka menjunjung tinggi nilai-nilai dan kaidah-kaidah agama dan moral masyarakat maupun dalam rangka mewujudkan masyarakat "tata-tentrem karta-raharja." Dalam kaitan itu falsafah budi pekerti luhur dapat disebut juga sebagai Falsafah pengendalian diri.

Dengan budi pekertinya yang luhur atau kemampuan pengendalian dirinya yang tinggi, manusia akan dapat memenuhi kewajiban luhurnya sebagai makhluk Tuhan, makhluk pribadi, makhluk sosial dan makhluk alam semesta, yakni taqwa kepada Tuhannya, meningkatkan kualitas dirinya, menempatkan kepentingan masyarakat di atas kepentingan sendiri dan mencintai alam lingkungan hidupnya. Manusia yang demikian dapat disebut sebagai manusia yang taqwa, tanggap, tangguh,

tanggon dan trengginas. Manusia yang dapat memenuhi kewajiban luhurnya adalah manusia yang bermartabat tinggi.

d. Jenis dan aliran Pencak Silat

Berdasarkan pada 4 aspek yang terdapat pada substansinya, wujud fisik dan visual atau praktek pelaksanaan Pencak Silat dapat dikategorikan dalam 4 jenis. Praktek pelaksanaan dari masing-masing jenis Pencak Silat itu mempunyai tujuan tersendiri dan berdasarkan pada tujuan tersebut akan lebih menekankan pada salah satu aspek tertentu dengan tidak meniadakan aspek-aspek yang lain.

Keempat jenis Pencak Silat tersebut adalah :

1. Pencak Silat Mental-Spiritual atau Pencak Silat Pengendalian Diri (karena wujud fisik dan visual mental-spiritual adalah pengendalian diri), yang praktek pelaksanaannya bertujuan untuk memperkuat kemampuan mengendalikan diri dan karena itu lebih menekankan pada aspek mental-spiritual.
2. Pencak Silat Beladiri, yang praktek pelaksanaannya bertujuan untuk pembelaan diri secara efektif dan karena itu lebih menekankan pada aspek beladiri
3. Pencak Silat Seni, yang praktek pelaksanaannya bertujuan untuk mempertunjukkan keindahan gerak dan karena itu lebih menekankan pada aspek seni.

4. Pencak Silat Olahraga, yang praktek pelaksanaannya bertujuan untuk memperoleh kesegaran jasmani dan prestasi keolahragaan dan karena itu lebih menekankan pada aspek olahraga.

Aspek-aspek yang tidak menjadi fokus masih tetap terlihat dengan kadar yang berbeda, ada yang jelas dan ada yang samar-samar. Karena itu, masing-masing jenis Pencak Silat itu tetap mempunyai 4 aspek sebagai satu kesatuan dan kebulatan. Masing-masing memiliki nilai-nilai etis (mental-spiritual), teknis (beladiri), estetis (seni) dan sportif (olahraga) sebagai satu kesatuan.

Praktek pelaksanaan "jurus" dari masing-masing jenis Pencak Silat dilakukan dengan gaya yang bermacam-macam. Gaya unik dengan ciri-cirinya yang menonjol dan mudah dibedakan dari gaya lainnya, disebut "aliran" Pencak Silat. Bagaimana pun wujud keunikan suatu gaya (aliran), nilai-nilai keempat aspek Pencak Silat, yakni etis, teknis, estetis dan sportif sebagai satu kesatuan tetap ada dan terlihat. Jika tidak, ia tidak mempunyai nilai sebagai aliran Pencak Silat. Membedakan aliran-aliran Pencak Silat tidak mudah dan hanya dapat dilakukan oleh mereka yang ahli dan betul-betul memahami berbagai "jurus" Pencak Silat. Perbedaan aliran hanya menyangkut segi praktek fisik dan tidak menyangkut segi mental-spiritual dan falsafah.

Dalam dunia Pencak Silat, aliran bukanlah faham atau mazhab. Karena itu jenis dan aliran Pencak Silat apapun tetap dijiwai falsafah budi pekerti luhur dan mempunyai aspek mental-spiritual sebagai aspek pengendalian diri.

Pada jenis Pencak Silat Beladiri, terdapat aliran yang menggunakan "tenaga supernatural" dalam gaya pelaksanaan "jurus"nya. Tenaga supranatural yang disebut "tenaga dalam", "tenaga dasar" atau "tenaga tambahan" ini merupakan penguat "jurus" atau kekebalan badan. Adanya aliran yang menggunakan "tenaga supernatural" telah memperkaya Pencak Silat.

e. Ciri Khas dan karakteristik Pencak Silat

Pada zaman kini pencak silat telah dijadikan wahana pendidikan bagi generasi muda yang berkualitas. Perguruan-perguruan pencak silat menghasilkan manusia-manusia yang mentalitasnya, cerdas, tegas, dan terampil, berperilaku terpuji serta mempunyai budi pekerti luhur, berwibawa disegani dan panstas menjadi panutan di lingkungan masyarakat. Orang-orang seperti inilah yang kemudian disebut "Pendekar". Sebagai ilmu beladiri khas Indonesia, pencak silat memiliki ciri umum dan ciri khusus berbeda dengan beladiri yang sejenis yang berasal dari belahan dunia yang lain, ciri-ciri tersebut adalah sebagai berikut:

1. Ciri-ciri umum pencak silat.

- a) Pencak silat mempergunakan seluruh bagian tubuh dan anggota badan lainnya untuk membela diri.
- b) Pencak silat tidak memerlukan senjata tertentu, benda apapun dapat di jadikan senjata untuk membela diri.
- c) Pencak silat lahir dan tumbuh serasi dengan alam sekitar, adat sopan santun masyarakat, watak suku bangsa dan agama yang kesemuanya dalam wilayah Indonesia.

2. Ciri-ciri khusus Pencak silat.

- a. Sikap tenang namun selalu waspada.
- b. Mempergunakan kelincahan, kelenturan, kecepatan, saat (timing) dan sasaran yang tepat disertai gerak reflek untuk menguasai lawan, bukan hanya mengandalkan kekuatan dan tenaga saja.
- c. Mempergunakan prinsip timbangan, permainan posisi lawandengan pemindahan titik berat badan.
- d. Memanfaatkan serangan dan tenaga lawan secara maksimal.
- e. Menghemat, menyalurkan tenaga yang minimal.

f. Perguruan dan pendekar Pencak Silat

Pengertian perguruan Pencak Silat sering dikacaukan dengan aliran Pencak Silat. Perguruan Pencak Silat adalah lembaga pendidikan tempat berguru Pencak Silat. Berguru mempunyai konotasi belajar secara intensif yang prosesnya diikuti, dibimbing dan diawasi secara langsung dan tuntas oleh sang guru, sehingga orang yang berguru diketahui dengan jelas perkembangan kemampuannya, terutama kemampuan pengendalian dirinya atau budi pekertinya. Sang guru tidak akan mendidik, meningkatkan atau memperluas pendidikannya kepada seseorang yang mentalitasnya (kemampuan pengendalian diri atau budi pekertinya) dinilai tidak atau kurang memadai. Dalam kaitan itu, di waktu yang lalu tidak mudah bagi seseorang untuk menjadi murid atau anggota perguruan Pencak Silat. Ujian- ujian berat yang menyangkut sikap mental harus ditempuh lebih dulu dan lulus. Ditinjau dari segi jenis Pencak Silat yang diajarkan, maka terdapat 4 kategori perguruan Pencak Silat, yakni :

- a) Perguruan Pencak Silat Mental-Spiritual, yang menekankan pendidikannya secara intensif pada aspek mental-spiritual Pencak Silat dengan tujuan untuk membentuk kemampuan pengendalian diri yang tinggi kepada murid atau anggotanya.
- b) Perguruan Pencak Silat Beladiri, yang menekankan pendidikannya pada aspek beladiri Pencak Silat dengan tujuan untuk membentuk kemahiran teknik beladiri yang tinggi tanpa atau dengan menggunakan berbagai macam senjata kepada murid atau anggotanya.
- c) Perguruan Pencak Silat Seni, yang menekankan pendidikannya pada aspek seni Pencak Silat dengan tujuan untuk membentuk keterampilan mempertunjukkan keindahan gerak Pencak Silat kepada murid atau anggotanya, tanpa atau dengan iringan musik tradisional serta tanpa atau dengan menggunakan senjata, sesuai dengan ketentuan "wiraga" (teknik gerak), "wirama" (irama gerak yang selaras, serasi dan seimbang) dan "wirasa" (pelembutan dan penghalusan teknik dan irama gerak melalui kreativitas dan improvisasi yang dilandasi rasa penghayatan).
- d) Perguruan Pencak Silat Olahraga, yang menekankan pendidikannya pada aspek olahraga Pencak Silat dengan tujuan untuk membentuk kemampuan mempraktekkan teknik- teknik Pencak Silat yang bernilai olahraga bagi kepentingan memelihara kesegaran jasmani atau pertandingan. Bagi kepentingan pertandingan, pendidikan disesuaikan dengan peraturan pertandingan yang berlaku.

Perguruan Pencak Silat Beladiri merupakan perguruan yang terbanyak, diantaranya ada yang mengajarkan "tenaga supernatural". Sejak tahun 1970-an,

banyak perguruan Pencak Silat Beladiri yang mengajarkan Pencak Silat Olahraga untuk kepentingan pertandingan dengan tujuan agar murid atau anggotanya dapat mengikuti kejuaraan Pencak Silat Olahraga, karena hanya jenis Pencak Silat ini yang dipertandingkan. Pencak Silat Beladiri dan Pencak Silat Seni tidak dipertandingkan tetapi dilombakan dalam bentuk pertunjukan dan peragaan. Kegiatan perguruan dibiayai oleh pimpinan dan dari dana sumbangan.

Perjalanan Pencak Silat di Lampung juga sangat memprihatinkan, baik katagori remaja maupun dewasa, hal ini terlihat dari minimnya atlet-atlet pencak silat dan sarana prasarana yang disediakan oleh Pengprov tidak memadai, sehingga latihan pun terkadang tidak maksimal, hal ini terlihat pada saat hasil PON beberapa tahun yang lalu, Lampung hanya mampu menyabet 3 perak 1 perunggu, tertinggal jauh dari Provinsi yang lainnya. (*Pengprov IPSI Lampung*)

D. Motivasi Pelajar SMA

Pada dasarnya tindakan seseorang untuk melakukan suatu kegiatan tidak terlepas dari unsur motivasi, yang mendorong tercapainya tujuan yang diharapkan, adapun motivasi yang berkaitan dengan pelajar SMA Muhammadiyah 2 Kedaton, Bandar Lampung yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat, ada pun motivasi tersebut sebagai berikut:

- a) Motivasi Instrinsik yaitu motivasi yang muncul dari dalam seperti minat yang merupakan suatu keinginan dan prakarsa sendiri untuk melakukan suatu kegiatan yang membuat dia senang, mempunyai kepuasan tersendiri baginya tanpa ada paksaan dari orang lain, mengharapkan pujian atau pun hadiah dari

orang lain. Sedangkan yang kedua adalah bakat yang merupakan suatu bentuk kemampuan khusus yang dia miliki, yang memungkinkan para pelajar SMA Muhammadiyah 2 Kedaton, Bandar Lampung memperoleh hasil dari pelatihan yang dia dapatkan, sesuai dengan tujuan yang diinginkannya atau diharapkannya.

- b) Motivasi Ekstrinsik disebabkan oleh keinginan untuk menerima ganjaran seperti keinginan untuk diharagai orang, keinginan untuk berprestasi, gengsi, atau hanya karena ikut-ikutan teman sepergaulan. Dalam kaitannya dengan ekstrakurikuler olah raga pencak silat, kegiatan itu dapat diakui bermanfaat, menyediakan sesuatu yang dapat dicapai, serta pengakuan umum dan kehormatan dari luar serta imbalan yang diinginkannya dari orang lain.

Berdasarkan pendapat diatas jika dikaitkan dengan penelitian ini adalah, adanya tenaga pendorong yang mendorong pelajar SMA Muhammadiyah 2 Kedaton, Bandar Lampung, untuk kengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat, baik dorongan dari dalam (instrinsik) maupun dari luar (ekstrinsik), guna tercapainya tujuan-tujuan yang ingin dihasilkan atau dicapai.

E. Kerangka Pikir

Pencak silat merupakan salah satu dari sebagian program ekstrakurikuler olahraga, yang mempunyai sifat individu bukan kelompok dan pencak silat merupakan budaya asli dari Bangsa Indonesia yang patut dilestarikan, dengan cara menjadikan pencak silat sebagai salah satu program ekstrakurikuler olahraga setiap Sekolah di Indonesia.

Dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga pencak silat perlu adanya motivasi instrinsik seperti minat yang merupakan suatu keinginan dan prakarsa sendiri untuk melakukan suatu kegiatan yang membuat dia senang, mempunyai kepuasan tersendiri baginya tanpa ada paksaan dari orang lain, yang kedua adalah bakat yang merupakan suatu bentuk kemampuan khusus yang dia miliki. Selain motivasi instrinsik ada juga motivasi ekstrinsik disebabkan oleh keinginan untuk menerima ganjaran seperti keinginan untuk diharagai orang, atau hanya karena ikut-ikutan teman sepergaulan.

Berdasarkan pendapat diatas jika dikaitkan dengan penelitian ini adalah, adanya tenaga pendorong yang mendorong pelajar SMA untuk kengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat, baik dorongan dari dalam maupun dari luar, guna tercapainya tujuan-tujuan yang ingin dihasilkan.

a. Bagan Kerangka Pikir

