

PERBANDINGAN TINGKAT PERCAYA DIRI MAHASISWA YANG MENGIKUTI PENCAK SILAT DALAM KATEGORI LAGA DAN KATEGORI SENI (STUDI PADA UKM PENCAK SILAT TAPAK SUCI UNESA)

Randy Styo Pertiwi

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, blacklister@gmail.com

Setiyo Hartoto

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Rasa percaya merupakan hal yang penting dalam setiap diri seseorang untuk melakukan segala hal apapun yang bertujuan untuk mencapai suatu keberhasilan yang diinginkan, selain itu sangatlah dibutuhkan untuk kehidupan bermasyarakat dalam bersosialisasi dan menyesuaikan diri di dalam lingkungan masing – masing individu. UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) adalah ekstrakurikuler yang mengajarkan tentang berbagai hal serta membimbing dalam mengembangkan bakat, minat, keterampilan yang dimiliki oleh seseorang yang mengikuti kegiatan tersebut dengan nilai – nilai kepribadian yang positif. UKM pencak silat tapak suci, salah satu UKM di UNESA, dapat membantu dalam meningkatkan percaya diri mahasiswa yang mengikuti dan terjun langsung dalam latihan maupun pertandingan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat percaya diri mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni pada UKM pencak silat tapak suci UNESA. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen melalui pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah 14 mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori lagaberjumlah 7 mahasiswa dan kategori seni berjumlah 7 mahasiswa pada UKM pencak silat tapak suci UNESA. Teknik pengumpulan data menggunakan angket / kuisioner. Sedangkan untuk menganalisis data dalam penelitian ini ialah menggunakan uji beda (t – test). Berdasarkan hasil perhitungan diketahui nilai rata – rata (mean) untuk mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga sebesar 98,71 dengan standar deviasi 7,29. Sedangkan untuk mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori seni nilai rata – rata (mean) sebesar 104,571 dengan standar deviasi sebesar 3,551. Kemudian untuk nilai signifikan variabel adalah – 1,910 dan lebih besar dari £ 0,05. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara tingkat percaya diri mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni pada UKM pencak silat tapak suci UNESA.

Kata Kunci : Percaya Diri, Unit Kegiatan Mahasiswa, Pencak Silat.

Abstract

Confidence is important for everyone who carries out everything to achieve a demanded success as well as to socialize and adapt in an environment in society life. UKM (the unit of students Activity) is an extracurricular which teaches students various things and guide students, who join these activities, in developing their talents, interests, and skills with positive personality values. *Tapak Suci* martial arts is one of the students activity units which can help students to improve their confidence who join and directly involve in training and matches. The purpose of this study was to determine differences in the level of students' confidence who joined martial arts between fight and arts category in students activity unit of *Tapak Suci* martial arts in UNESA. This qualitative research used non-experimental approach with experiments design. The population were 14 students, consisting of 7 students in arts the category and 7 students in fight category in students activity unit of *Tapak Suci* martial arts in UNESA. The data were collected by using questionnaires and analyzed by using t - test. The result showed that the average value (mean) of students who joined fight category was 98.71 with a standard deviation of 7.29. and those that joined arts category was 104.571 with a standard deviation of 3.551. Then for the significant value of the variable was - 1.910 and greater than £ 0.05. Therefore, it can be concluded that there is no significant difference between the level of students' confidence who join martial arts in fight and arts category in students activity unit of *Tapak Suci* martial arts in UNESA

Keywords: Confidence, Student Activity Unit, Martial Arts

Latar Belakang

Sehubungan dengan ancaman antar etnis dan antar anak bangsa yang menjurus kearah perpecahan kesatuan

bangsa, maka pendidikan dalam semua jenjang sangat di perlukan sebagai alat untuk menumbuhkan rasa saling pengertian, toleransi, persatuan dan kesatuan bangsa, cinta

damai pada peserta didik dan masyarakat. Peran pendidikan memiliki pengaruh yang besar dalam pembentukan jasmani, karakter dan akhlak sejak dilahirkan hingga dia mati. Menurut bapak pendidikan Indonesia, Ki Hajar Dewantara mengemukakan bahwa :

“Pendidikan yaitu tuntutan dalam hidup tumbuhnya anak – anak yang bermaksud menuntun segala kekuatan kodrati pada anak – anak itu supaya mereka sebagai manusia dan anggota masyarakat mampu menggapai keselamatan dan kebahagiaan setinggi – tingginya.”

(<http://9wiki.net/pengertian-pendidikan/diakses> tanggal 27 November 2015)

Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan suatu hal yang penting dan wajib dalam kehidupan manusia. Mengenai pernyataan di atas, pendidikan jasmani mempunyai arti penting dalam proses pembangunan bangsa, sebab merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Hal ini diperkuat oleh Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional Bab VI Ruang Lingkup Olahraga Pasal 18 ayat 1 bahwa: Olahraga pendidikan di selenggarakan sebagai bagian proses pendidikan (http://hukum.unstrat.ac.id/uu/uu_3_05.htm diakses tanggal 27 November 2015).

Menurut Hartono, dkk, (2013: 2), Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Dengan pendidikan jasmani, maka anak – anak melakukan aktifitas fisik sekaligus mendapatkan pendidikan, mengembangkan potensi fisik, mengoptimalkan gerak dasar, dan juga mengembangkan karakter, hormat pada sesama anak, pantang menyerah, jujur, suka menolong, empati terhadap sesama, dan sifat – sifat baik lainnya.

Kegiatan pendidikan jasmani merupakan suatu mata pelajaran yang wajib diikuti oleh semua peserta didik. Hal tersebut merupakan suatu wadah untuk mendidik dan mengembangkan potensi yang ada pada diri peserta didik, baik yang dilakukan pada saat jam pelajaran maupun di luar jam pelajaran (ekstrakurikuler), kedua kegiatan tersebut berjalan beriringan yang dapat meningkatkan potensi peserta didik. Banyaknya kegiatan di sekolah diharapkan mampu mencapai tujuan pendidikan, khususnya aktifitas olahraga yang bermanfaat bagi kebugaran tubuh, mengembangkan prestasi dan membentuk karakter. Olahraga adalah setiap kegiatan jasmani yang dilandasi perjuangan menguasai diri sendiri. Pendidikan jasmani terdapat berbagai macam cabang olahraga yang bertujuan sebagai pertahanan diri salah satunya ialah pencak silat. Pencak silat merupakan salah

satu cabang olahraga yang memiliki berbagai macam pertahanan diri untuk melindungi diri dari serangan lawan.

Pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela atau mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integrasi (manunggalnya) terhadap lingkungan hidup / alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna peningkatan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. (Kristiyandaru & Qomarrullah, 2012: 340) Pencak silat merupakan salah satu kebudayaan Indonesia yang perlu disebarluaskan karena merupakan warisan nenek moyang. Pencak silat merupakan salah satu bela diri yang cukup lama mengembangkan keilmuannya di tanah air tercinta.

Pencak silat memiliki dua kategori dalam pertandingan yaitu kategori laga (*fighting* / bertarung) dan kategori seni (jurus). Peserta didik dibagi menjadi dua kategori sesuai dengan kemampuan mereka masing – masing. Untuk kategori laga ada berbagai macam kelas putra maupun putri mulai dari kelas A hingga kelas berat. Sedangkan kategori seni ada 3 kategori yang di pertandingkan putra maupun putri yang biasa disebut “TGR” yaitu kategori tunggal, kategori ganda, dan kategori regu. Dalam buku peraturan pertandingan pencak silat (IPSI, 2012: 1-2) Kategori laga/tanding merupakan kategori yang menampilkan 2 (dua) orang pesilat dari sudut yang berbeda. Keduanya saling berhadapan menggunakan unsur pembelaan dan serangan yaitu menangkis / mengelak / mengena / menyerang pada sasaran dan menjatuhkan lawan, menggunakan taktik dan teknik bertanding, ketahanan stamina dan semangat juang, menggunakan kaidah dengan memanfaatkan kekayaan teknik dan jurus yang mereka dapatkan selama latihan. Sedangkan untuk kategori seni merupakan suatu pertandingan yang memperagakan jurus – jurus tertentu didalam gelanggang dengan aturan – aturan tertentu. Kategori seni tunggal adalah kategori yang menampilkan seorang pesilat memperagakan kemahirannya dalam jurus tunggal baku secara benar, tepat, dan mantap, penuh penjiwaan, dengan tangan kosong dan bersenjata serta tunduk kepada ketentuan dan peraturan yang berlaku untuk kategori tunggal. Kategori seni ganda adalah kategori yang menampilkan 2 (dua) orang pesilat dari tim yang sama, memperagakan kemahiran dan kekayaan teknik jurus serang bela yang dimiliki, gerakan serang bela ditampilkan secara terencana, efektif, estetis, mantap, dan logis dalam sejumlah rangkaian seri yang teratur, yang dimulai dari tangan kosong dan dilanjutkan dengan bersenjata, serta tunduk pada ketenruan dan peraturan yang berlaku untuk kategori ganda. sedangkan kategori seni beregu adalah kategori yang menampilkan 3 (tiga) orang pesilat dari tim yang sama memperagakan kemahirannya dalam jurus regu baku secara benar, tepat, mantap, penuh penjiwaan dan kompak dengan tangan

kosong serta tunduk pada ketentuan dan peraturan yang berlaku untuk kategori regu. Pencak silat memiliki kriteria pesilat yang dipertandingkan yaitu pesilat putra dan pesilat putri, dengan kriteria usia dan berat badan (untuk kategori tanding).

Suatu cabang olahraga memiliki suatu karakteristik masing – masing yang menyebabkan mental dari atlet ataupun peserta didik menjadi kuat dengan sendirinya, bahkan dengan adanya latihan mereka dapat memperdalam dan mempelajari sikap maupun sifat percaya diri sebagai aspek psikologi di dalam dirinya sendiri (motivasi instrinsik). Di dalam kehidupan rasa percaya diri itu penting, karena dengan adanya hal tersebut manusia bisa memiliki mental yang kuat untuk menjalankan kehidupannya. Apalagi untuk atlet maupun peserta didik pecinta olahraga khususnya di cabang olahraga pencak silat, percaya diri wajib untuk dimiliki setiap peserta didik. Sebab dalam olahraga pencak silat yang terbagi dalam dua kategori memiliki perbedaan musuh yang akan dihadapinya di saat berada di dalam gelanggang. Untuk kategori laga / tanding, musuh dalam kategori ini terlihat di depan mata berhadapan secara langsung akan tetapi teknik serta taktik yang dipelajari dalam latihan bisa jadi tidak akan terpakai, karena pesilat akan bermain menggunakan kecepatan serta reflek untuk melawan serangan. Sedangkan kategori seni, musuh tidak berhadapan secara langsung dengan pesilat akan tetapi musuh mereka adalah diri mereka sendiri, apabila sang pesilat tidak percaya diri tidak yakin akan kemampuannya maka gerakan yang dihafal dan dilatih pada saat latihan bisa jadi akan lupa dengan sendirinya.

Seorang pesilat dalam setiap menghadapi pertandingan, mereka secara tidak langsung akan merasa tidak percaya diri dalam menghadapi lawan mereka. Oleh karena itu, percaya diri sangatlah penting untuk dimiliki seorang pesilat agar mental mereka kuat dalam menghadapi lawan. Percaya diri adalah modal awal manusia untuk memenuhi berbagai kebutuhan hidupnya sendiri. Seseorang memiliki kebutuhan untuk bebas berfikir serta berperasaan sehingga seseorang yang mempunyai kebebasan berfikir dan berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri. Dalam Bell (2011:187) Percaya diri adalah sebuah keadaan untuk berfikir, bertindak, dan merasa yakin terhadap semua yang dapat dipelajari, dilatih, dibangkitkan secara sungguh – sungguh dan dibuat dengan kebiasaan.

Pada masa – masa menjadi pelajar, rasa percaya diri sangatlah penting untuk bersosialisasi dan menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Peserta didik yang mengikuti pencak silat dalam kategori apapun tidak hanya mahir melakukan gerakan dan teknik dalam pencak silat melainkan juga memiliki rasa percaya diri yang cukup kuat serta mampu mengamalkan nilai kepribadian dalam

pencak silat. Peranan olahraga pencak silat sangat penting untuk meningkatkan kualitas moral, mental dan kepribadian yang tanggung jawab, percaya pada diri sendiri dan tindakan untuk memungkinkan setiap saat berjuang mencapai peningkatan dan kemajuan. Oleh karena itu, pengertian serta manfaat dari olahraga pencak silat haruslah ditanamkan, dipupuk dan dikembangkan mulai sejak dini, salah satunya melalui kegiatan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) di lingkungan Universitas terkait.

UKM sama halnya dengan ekstrakurikuler yang ada di dalam sekolah formal (SD, SMP, SMA dan sederajat), yang membedakan adalah UKM tersebut yang diadakan, dilaksanakan dan diperuntukan oleh mahasiswa dan hanya ada di perguruan tinggi negeri maupun swasta. Kegiatan UKM pada dasarnya dilaksanakan di luar jam perkuliahan. Sedangkan ekstrakurikuler merupakan kegiatan siswa yang dilakukan di luar jam pelajaran dan hanya ada di sekolah formal.

“UKM adalah wadah aktivitas mahasiswa luar kelas yang bertujuan untuk mengembangkan minat, bakat dan keahlian tertentu. Lembaga ini merupakan partner organisasi kemahasiswaan intra kampus lainnya seperti senat mahasiswa dan badan eksekutif mahasiswa, baik yang berada di tingkat program studi, jurusan, maupun universitas. Lembaga ini bersifat otonom, dan bukan sebagai cabang dari badan eksekutif maupun senat mahasiswa.”(http://id.wikipedia.org/wiki/Unit_kegiatan_mahasiswa diakses tanggal 14 Agustus 2015)

UNESA (Universitas Negeri Surabaya) terdapat beberapa UKM mengenai olahraga, khususnya di cabang olahraga pencak terdapat 5 perguruan, salah satunya ialah UKM pencak silat Tapak Suci. UKM pencak silat perguruan Tapak Suci yang berada di Universitas Negeri Surabaya merupakan salah satu UKM yang unggul di bidang pencak silat. Materi yang diajarkan di dalam UKM ini adalah materi yang berujung pada prestasi, hal ini benar – benar disiapkan untuk mengasah keahlian serta prestasi yang akan dicapai oleh peserta yang mengikuti UKM pencak silat Tapak Suci. Materi tersebut memiliki tujuan agar peserta yang mengikuti UKM lebih bisa memahami dan mengamalkan nilai – nilai yang terkandung dalam materi tersebut. Maka dibutuhkan sikap percaya diri sebab materi dasar dalam pencak silat tersebut tidak hanya pada ajang kompetisi melainkan juga untuk peningkatan prestasi. Adapun materi yang diajarkan di dalam UKM pencak silat perguruan Tapak Suci adalah kategori yang dipertandingkan mulai dari kategori tanding / laga, kategori seni yang terdiri dari tunggal, ganda, serta regu.

Pada UKM pencak silat Tapak Suci, dari segi latihan fisik maupun psikis yaitu rasa percaya diri yang di ajarkan mendapatkan porsi latihan yang relative sama dalam semua kategori namun ada beberapa pesilat yang

kurang memiliki rasa percaya diri yang kuat dalam latihan maupun untuk melakukan pertandingan, dikarenakan mereka masih memiliki rasa takut akan menghadapi musuh mereka disaat melakukan pertandingan, mereka belum bisa menerima resiko sebagai atlet yang terjun di dunia olahraga kontak fisik. Maka dari itu yang lolos dalam setiap seleksi untuk pertandingan hanya sebagian besar saja tidak keseluruhan pesilat diikuti. Sebab jika di dalam diri sudah merasa tidak ada rasa percaya diri yang kuat, maka nantinya hasil dari pertandingan tidak akan maksimal serta bagus seperti yang diharapkan. Karena pencak silat termasuk olahraga yang sangat beresiko dan pesilat wajib memiliki rasa percaya diri yang sudah ditanamkan di dalam diri mereka masing – masing.

Dilihat dari latar belakang masalah tersebut, maka dalam penelitian ini akan dikaji mengenai survey perbandingan tingkat percaya diri mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni di UKM Pencak Silat UNESA.

Pengertian Percaya Diri

Menurut Horby dalam Husdarta, (2010:92) secara sederhana percaya diri berarti rasa percaya terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai prestasi tertentu. Menurut Lauster (2002) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan atas diri sendiri sehingga dalam tindakan – tindakannya tidak terlalu cemas, mereka bebas untuk melakukan hal – hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi, serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri – ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis, dan gembira.

Berdasarkan uraian di atas yang dimaksud kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan atas diri sendiri dalam melakukan segala hal dalam kehidupan sehari – hari, sehingga orang yang mempunyai rasa percaya diri yang kuat maka dapat bersosialisasi dengan masyarakat sekitar dengan baik.

“Percaya diri adalah sebuah keadaan untuk berfikir, bertindak, dan merasa yakin terhadap semua yang dapat dipelajari, dilatih, dibangkitkan secara sungguh – sungguh dan dibuat dengan kebiasaan”(Bell, 2011:187).

Strategi Membangun Percaya Diri

Kepercayaan diri dapat dibangun melalui kerja keras, latihan, dan perencanaan yang baik. Cara membangun persepsi diri yang baik tidak cukup dengan memberikan petunjuk dan bimbingan, sebaiknya pelatih memberikan berbagai langkah nyata (Komarudin, 2013: 77). Jadi dalam membangun rasa percaya diri seorang

pelatih harus merencanakan dahulu dan memberikan bukti nyata, bukan hanya kata – kata atau pengetahuan saja agar orang yang akan membangun rasa percaya diri bisa lebih mengerti cara membangun rasa percaya diri.

Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri

Faktor – faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri pada seseorang menurut Hakim (2001: 121) adalah sebagai berikut :

a. Lingkungan Keluarga

Keadaan keluarga merupakan suatu lingkungan hidup yang pertama kali dikenal oleh setiap manusia, dimana pertama kali seseorang dilahirkan dan hidup bersama keluarganya. Maka dari itu lingkungan keluarga sangat mempengaruhi pembentukan awal rasa percaya diri pada seseorang. Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya sendiri dan diwujudkan dalam tingkah laku mereka sehari – hari. Pendidikan dalam keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama yang diterima oleh setiap orang, yang sangat menentukan baik buruknya orang tersebut didalam kepribadiannya. Hakim (2002: 121) menjelaskan bahwa pola pendidikan keluarga yang bisa diterapkan dalam membangun rasa percaya diri anak adalah sebagai berikut:

- 1) Menerapkan pola pendidikan yang demokratis,
- 2) Melatih anak untuk berani berbicara tentang banyak hal,
- 3) Menumbuhkan sikap mandiri pada anak,
- 4) Memperluas lingkungan pergaulan anak,
- 5) Jangan terlalu sering memberikan kemudahan pada anak,
- 6) Tumbuhkan sikap bertanggung jawab pada anak,
- 7) Setiap permintaan anak jangan terlalu dituruti,
- 8) Berikan anak penghargaan jika berbuat baik,
- 9) Berikan hukuman jika berbuat salah,
- 10) Kembangkan kelebihan – kelebihan yang dimiliki,
- 11) Anjurkan anak agar mengikuti kegiatan kelompok dilingkungan rumah,
- 12) Kembangkan hobi yang positif,
- 13) Berikan pendidikan agama sejak dini.

b. Pendidikan Formal

Sekolah merupakan lingkungan kedua bagi anak setelah lingkungan keluarga. Dimana sekolah juga lingkungan yang paling berperan setelah lingkungan keluarga, karena sekolah memberikan ruang pada anak untuk mengeksplor kemampuan yang dimilikinya serta mengekspresikan rasa percaya diri mereka kepada teman sebaya dan warga sekolah. Hakim (2002: 122) menjelaskan bahwa rasa percaya diri siswa disekolah bisa dibangun melalui berbagai macam bentuk kegiatan sebagai berikut:

- 1) Memupuk keberanian untuk bertanya,
 - 2) Peran guru / pendidik yang aktif bertanya pada siswa,
 - 3) Melatih berdiskusi dan berdebat,
 - 4) Mengerjakan soal didepan kelas,
 - 5) Bersaing dalam mencapai prestasi belajar,
 - 6) Aktif dalam mencapai prestasi belajar,
 - 7) Belajar berpidato,
 - 8) Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler,
 - 9) Penerapan disiplin yang konsisten,
 - 10) Memperluas pergaulan yang sehat dan lain – lain.
- c. Pendidikan Non Formal

Salah satu modal utama untuk menjadikan seseorang agar memiliki rasa percaya diri yang tinggi ialah memiliki kelebihan tertentu yang berarti bagi dirinya sendiri serta orang lain. Rasa percaya diri akan lebih kuat apabila seseorang tersebut memiliki kelebihan yang membuat orang lain merasa kagum, kelebihan maupun keterampilan tersebut bisa didapatkan dan diasah melalui pendidikan non formal seperti les dan lain – lain sebagai penunjang dari timbulnya rasa percaya diri pada diri individu yang bersangkutan. Jadi faktor – faktor percaya diri yang paling utama adalah faktor dari keluarga yang merupakan tempat pertama dimana orang pertama kali mengenal dunia dan membentuk karakter mereka sejak dini, setelah itu baru di dukung oleh pendidikan formal melalui sekolah dan pendidikan non formal melalui kegiatan diluar sekolah yang membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri pada siswa.

Pencak silat

Pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela atau mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integrasi (manunggalnya) terhadap lingkungan hidup / alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna peningkatan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa (Kristiyandaru & Qomarrullah, 2012: 340)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pencak silat memiliki pengertian permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang dan membela diri, baik dengan senjata maupun tanpa senjata. Penjelasan dari segi ilmu Bahasa tidak selalu diterima oleh para pendekar – pendekar daerah. Menurut para pendekar, istilah pencak silat dibagi dalam dua arti yang berbeda. Seperti halnya menurut guru pencak silat Bawean, Abdus Syukur dalam Maryono (1998) menyatakan bahwa sebagai berikut : “Pencak adalah gerakan langkah keindahan dengan menghindar, yang disertakan gerakan berunsur komedi. Pencak dapat dipertontonkan sebagai sarana hiburan, sedangkan silat adalah unsur teknik beladiri menangkis, menyerang, dan mengunci yang tidak dapat diperagakan di depan umum”.

Dalam rangka usaha untuk mempersatukan perguruan pencak dan perguruan silat, pada tahun 1948 kedua kata tersebut dipadukan menjadi pencak silat. PB IPSI beserta BAKIN pada tahun 1975, mendefinisikan sebagai berikut :

“ Pencak silat adalah hasil budaya manusia Indonesia yang membela / mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integrasinya (manunggalnya) terhadap lingkungan hidup / alam sekitar untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa “ (Mulyana, 2013: 85 – 86).

Kriteria Dalam Pertandingan

Didalam pencak silat memiliki dua kategori dalam pertandingan yaitu kategori laga (*fighting* / bertarung) dan kategori seni (jurus). Disini peserta didik di bagi menjadi dua kategori sesuai dengan kemampuan mereka masing – masing. Berdasarkan buku peraturan pertandingan pencak silat memiliki berbagai kriteria yang harus ditaat baik dalam kategori tanding/laga maupun kategori seni. Penggolongan pertandingan sesuai dengan umur, jenis kelamin dan berat badan.

Pencak Silat Kategori Tanding/Laga

Kategori laga/tanding merupakan kategori yang menampilkan 2 (dua) orang pesilat dari sudut yang berbeda. Keduanya saling berhadapan menggunakan unsur pembelaan dan serangan yaitu menangkis / mengelak / mengena / menyerang pada sasaran dan menjatuhkan lawan, menggunakan taktik dan teknik bertanding, ketahanan stamina dan semangat juang, menggunakan kaidah dengan memanfaatkan kekayaan teknik dan jurus yang mereka dapatkan selama latihan.

Penggolongan pertandingan pencak silat menurut umur dan jenis kelamin untuk semua kategori terdiri atas:

- 1) Pertandingan golongan USIA DINI untuk Putra dan Putri, berumur 10 tahun sampai dengan 12 tahun.
- 2) Pertandingan golongan PRA REMAJA untuk Putra dan Putri, berumur lebih dari 12 tahun sampai dengan 14 tahun.
- 3) Pertandingan golongan REMAJA untuk Putra dan Putri, berumur lebih dari 14 tahun sampai dengan 17 tahun.
- 4) Pertandingan golongan DEWASA untuk Putra dan Putri, berumur lebih dari 17 tahun sampai dengan 35 tahun.
- 5) Pertandingan golongan MASTER I untuk Putra dan Putri, berumur lebih dari 35 tahun sampai dengan 45 tahun (single event).
- 6) Pertandingan golongan MASTER II untuk Putra dan Putri, berumur lebih dari 45 tahun (single event).

Pencak Silat Kategori Seni

Kategori seni ada 3 kategori yang dipertandingkan putra maupun putri yang biasa disebut “TGR” yaitu kategori tunggal, kategori ganda, dan kategori regu. Kategori seni merupakan suatu pertandingan yang memperagakan jurus – jurus tertentu didalam gelanggang dengan aturan – aturan tertentu. Kategori seni tunggal adalah kategori yang menampilkan seorang pesilat memperagakan kemahirannya dalam jurus tunggal baku secara benar, tepat, dan mantap, penuh penjiwaan, dengan tangan kosong dan bersenjata serta tunduk kepada ketentuan dan peraturan yang berlaku untuk kategori tunggal. Kategori seni ganda adalah kategori yang menampilkan 2 (dua) orang pesilat dari tim yang sama, memperagakan kemahiran dan kekayaan teknik jurus serang bela yang dimiliki, gerakan serang bela ditampilkan secara terencana, efektif, estetik, mantap, dan logis dalam sejumlah rangkaian seri yang teratur, yang dimulai dari tangan kosong dan dilanjutkan dengan bersenjata, serta tunduk pada ketenruan dan peraturan yang berlaku untuk kategori ganda. Sedangkan kategori seni beregu adalah kategori yang menampilkan 3 (tiga) orang pesilat dari tim yang sama memperagakan kemahirannya dalam jurus regu baku secara benar, tepat, mantap, penuh penjiwaan dan kompak dengan tangan kosong serta tunduk pada ketentuan dan peraturan yang berlaku untuk kategori regu. Didalam pencak silat memiliki kriteria pesilat yang dipertandingkan yaitu pesilat putra dan pesilat putri, dengan kriteria usiadan berat badan (untuk kategori tanding).

Percaya diri yang dibutuhkan di dalam olahraga pencak silat

Pada situasi pertandingan pencak silat, pesilat bertidak serta bersikap dengan percaya diri yang tinggi didepan semua orang. Ketika berkomunikasi dengan pelatih maupun teman sesama pesilat haruslah berkomunikasi secara jelas dan suara yang normal bahkan lantang untuk didengar. Pesilat harus tetap terlihat tenang, percaya diri dan siap pada saat sebelum pertandingan maupun saat pertandingan dimulai hingga diakhiri. Karena percaya diri adalah modal awal untuk memberikan penampilan yang terbaik didepan semua orang, dari situlah pesilat akan menuai keberhasilan yang baik didalam pertandingan. Hal tersebut membantu meningkatkan penampilan pesilat pada saat pertandingan. Keraguan hanya akan menghalangi pesilat untuk menampilkan yang terbaik diatas gelanggang. Maka dari itu percaya diri sangatlah penting bagi seorang pesilat karena percaya diri akan memberikan pengaruh yang besar terhadap penampilan seorang pesilat saat pertandingan pencak silat berlangsung agar mendapatkan hasil yang baik (Bell, 2011; 186 – 188)

UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa)

Unit Kegiatan Mahasiswa (disingkat UKM) adalah wadah aktivitas kemahasiswaan luar kelas untuk mengembangkan minat, bakat dan keahlian tertentu. Lembaga ini merupakan partner organisasi kemahasiswaan intra kampus lainnya seperti senat mahasiswa dan badan eksekutif mahasiswa, baik yang berada di tingkat program studi, jurusan, maupun universitas. Lembaga ini bersifat otonom, dan bukan sebagai cabang dari badan eksekutif maupun senat mahasiswa.

(https://id.wikipedia.org/wiki/Unit_kegiatan_mahasiswa diakses tanggal 14 Agustus 2015)

Bidang Kemahasiswaan mengembangkan berbagai program yang dapat memfasilitasi kegiatan kemahasiswaan agar mahasiswa dapat lebih banyak mendapatkan pengetahuan dan pemahaman terhadap pembelajaran melalui berbagai macam kegiatan, baik dalam bentuk pembinaan, pengembangan kegiatan kemahasiswaan, dan lain-lainnya, melalui wadah-wadah yang dibentuk yang dikenal dengan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM).

Kepala Biro Kemahasiswaan dan Kealumnian, Sunyoto (komunikasi personal, 16 Desember 2011), menyatakan bahwa terbentuknya UKM ini didasarkan pada Pola Pengembangan Kemahasiswaan (POLBANGWA) yang dikeluarkan oleh DIKTI tahun 2006, hal ini tampak pada kutipan wawancara berikut:

“Kebijakan ini dilakukan atas dasar masalah umum yang terjadi pada kegiatan kemahasiswaan. Secara kuantitatif, masih sangat sedikit mahasiswa yang berminat pada program pengembangan penalaran dan keilmuan; bakat, minat, dan kemampuan; kesejahteraan; kepedulian sosial; dan kegiatan penunjang. Keadaan ini di latar belakang oleh tingginya biaya perkuliahan yang mengakibatkan mereka ingin cepat selesai dan segera mencari pekerjaan untuk mendapatkan penghasilan. Oleh karena itu untuk dapat lebih banyak lagi melibatkan mahasiswa, maka kegiatan kemahasiswaan selain ditujukan untuk mengembangkan kepribadian mahasiswa, sebaiknya juga ditujukan untuk pengembangan keahlian/ keterampilan yang mendukung mereka untuk memudahkan dalam mencari kerja dan menciptakan lapangan kerja setelah lulus nanti, (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/>, diunduh 15 Januari 2016).”

Oleh karena itu Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) sangat berperan penting bagi mahasiswa, karena UKM merupakan sebuah wadah aktifitas untuk pengembangan prestasi bagi mahasiswa yang ingin mengasah kemampuannya, baik dibidang seni maupun olahraga. Lembaga ini merupakan mitra organisasi kemahasiswaan intra kampus. Salah satu organisasi UKM dalam bidang

olahraga adalah pencak silat. UKM pencak silat merupakan organisasi kemasyarakatan yang mengajarkan ilmu beladiri untuk membentuk kepribadian melalui budaya ilmu bela diri pencak silat, selain untuk membentuk prestasi olahraga pencak silat.

Dengan adanya peran UKM pencak silat di Universitas Negeri Surabaya, dapat memberikan pembaharuan pembelajaran dalam matakuliah pencak silat, hal ini juga dapat memotivasi mahasiswa untuk mempelajari sekaligus menarik minat mahasiswa untuk lebih dalam mengenal matakuliah pencak silat.

Dengan diwajibkannya mahasiswa yang memprogram matakuliah pencak silat untuk mengikuti UKM pencak silat di Universitas Negeri Surabaya, diharapkan mahasiswa dapat mempercepat pengetahuan dan pemahamannya terhadap kulturisasi ilmu beladiri pencak silat, sehingga motivasi belajar mahasiswa terhadap matakuliah pencak silat menjadi lebih baik.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian non – eksperimen menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yaitu penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan fenomena tertentu (Maksum, 2012:13). Desain penelitian ini adalah desain komparatif yaitu penelitian yang diarahkan untuk membandingkan suatu kelompok sampel dengan kelompok lainnya (Maksum, 2006: 42)

Kelompok 1	Kelompok 2
X1	X1
X2	X2
X3	X3
-	-
Xn	Xn

(Maksum, 2006: 42)

Penelitian ini dilaksanakan di UKM pencak silat tapak suci UNESA yang beralamatkan di kampus UNESA ketintang tepatnya dgedung H7 sebelah gedung GEMA UNESA waktu penelitian pada saat latihan. Hari senin, 11 Januari 2016, pukul 19.00 WIB hingga selesai. Penelitian ini menggunakan penelitian populasi. Populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti, yang nantinya akan dikenai generalisasi (Maksum, 2012:53). Generalisasi adalah suatu cara pengambilan kesimpulan terhadap kelompok individu atau objek yang lebih luas berdasarkan data yang diperoleh dari sekelompok individu atau objek yang lebih sedikit (Maksum, 2012: 53). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa dengan total 14 yang mengikuti UKM pencak silat Tapak Suci yang terdapat dua kategori di dalam pencak silat. Dalam kategori tanding terdapat 7 mahasiswa dan kategori seni terdapat 7 mahasiswa.

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian. (Maksum A, 2012: 29). Variabel dibedakan menjadi dua jenis yaitu : variabel bebas dan variabel terikat. Yang dimaksud variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi, sedangkan variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi. Dalam penelitian ini menggunakan satu variabel bebas dan satu variabel terikat yang dijabarkan sebagai berikut :

Variabel terikat : Tingkat percaya diri mahasiswa.

Variabel bebas : Mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga / tanding dan kategori seni.

Instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian (Maksum, 2012: 111) Instrumen yang digunakan adalah dengan menggunakan angket. Menurut Maksum (2012: 130) angket adalah serangkaian pertanyaan yang digunakan untuk mengungkapkan informasi, baik menyangkut fakta ataupun pendapat. Jenis skala yang dipilih oleh peneliti adalah skala Likert. Skala Likert disebut juga sebagai metode rating yang dijumlahkan (*method of summated ratings*), adalah metode penskalaan yang menggunakan distribusi respon setuju – tidak setuju sebagai dasar penentuan nilai. Distribusi jawaban ada dalam kontinum psikologis, biasanya berkisar antara 1 dan 5. (Maksum, 2012: 153)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis data penelitian ini dikaitkan dengan tujuan penelitian sebagaimana telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka pada bab ini dapat diuraikan dengan deskripsi data hasil dari mahasiswa yang mengikuti UKM Pencak Silat Tapak Suci UNESA dalam kategori laga dan kategori seni (X1) dan (X2). Dalam pengujian hipotesis deskripsi data ini yang disajikan berupa data manual dan *Statistical Program for Social Science* (SPSS 21), hal ini dimaksud agar mendapatkan hasil perhitungan yang tepat dan signifikan, disajikan sendiri pada lampiran.

Adapun hal – hal yang dijelaskan dalam bab ini meliputi : hasil analisis data , uji normalitas, pengujian hipotesis dan pembahasan.

A. Hasil Penelitian

Pada deskripsi data ini membahas rata – rata (mean), simpangan baku (standar deviasi). Dari hasil tersebut selanjutnya disajikan sebagai dasar mencari perbedaan rata – rata variabel X1 (kategori laga) dengan X2 (kategori seni). Data nilai mean dan standar deviasi tingkat percaya diri mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni dapat dilihat dalam tabel berikut :

Tabel 1 Hasil Mean dan Standar Deviasi Nilai Percaya Diri

Variabel	N	(Mean)	sd
Kategori laga	7	98,71	7,29
Kategori seni	7	104,571	3,551

Dari Tabel 1 dapat diketahui hasil rata – rata (mean) mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga sebesar 98,71 dengan standar deviasi sebesar 7,29. Sedangkan mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori seni mendapatkan rata – rata (mean) sebesar 104,571 dengan standar deviasi 3,551. Berdasarkan table tersebut dapat diketahui bahwa rata – rata dan standar deviasi mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori seni lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga.

Uji Normalitas

Setelah data dianalisis dan diketahui, kemudian pengujian data menggunakan perhitungan *Statistical Program for Social Science* (SPSS 21), untuk menguji normalitas data yang berguna untuk mengetahui kenormalan sebaran data, salah satunya dengan menggunakan tes *Kolmogorov – Smirnov*. Uji ini dilakukan dengan melihat nilai selisih yang diperoleh antara peluang kumulatif dari observasi dengan peluang secara teoritis. Jika $\text{sig} > \alpha$ (0,05) maka data berdistribusi normal. Jika $\text{sig} < \alpha$ (0,05) maka data berdistribusi tidak normal.

Tabel 2 Uji Normalitas One – Sample Kolmogorov – Smirnov Test

Variabel	K – S Statistik	Sig	Keterangan
Kategori Laga	0,649	0,794	Normal
Kategori seni	0,475	0,978	Normal

Uji normalitas one – sample kolmogorov – smirnov test pada mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni pada ukm pencak silat tapak suci unesa. Diketahui kategori laga $0,649 > \alpha$ (0,05) maka data distribusi normal. Diketahui kategori seni $0,475 > \alpha$ (0,05) maka data berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Untuk menguji kebenaran hipotesis, maka data yang terkumpul diolah dengan menggunakan uji – t untuk mencari perbedaan rata – rata antar variabel X1 (kategori laga) dengan X2 (kategori seni). Perhitungan dilakukan seperti pada lampiran dan hasilnya akan ditampilkan pada tabel berikut :

Tabel 3 Uji t sampel

Variabel	N	Mean	SD	Uji – t	Sig
Kategori Laga	7	98,714	7,29	-1,910	0,090
Kategori Seni	7	104,57	3,55		

Hasil Pengujian

Dikarenakan t hitung $-1,910 < \alpha$ (0,05) maka H_a ditolak dan H_o diterima antara kategori laga dan kategori seni pada penelitian tingkat percaya diri mahasiswa pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni di ukm pencak silat tapak suci Unesa tidak signifikan.

Dengan demikian dapat diketahui bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara tingkat percaya diri mahasiswa pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni pada ukm pencak silat tapak suci Unesa. Pernyataan ini didukung dengan hasil nilai rata – rata skor yang diperoleh mahasiswa kategori laga dan kategori seni yang memiliki selisih rata – rata -5,856.

PENUTUP**Simpulan**

Berdasarkan pada data yang telah terkumpul, diolah, dan dianalisis sebagaimana telah dijelaskan pada bab IV secara umum, penelitian telah menjawab permasalahan yang telah diajukan. Demikian pula hipotesis merupakan arah kegiatan penelitian ini telah diuji maka disimpulkan sebagai berikut :

1. Mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga memiliki presentase terendah sebesar 28,5% dan tertinggi sebesar 57,1%.
2. Mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori seni memiliki presentase sedang sebesar 28,6% dan tertinggi sebesar 71,4%.
3. Tidak ada perbedaan yang bermakna antara tingkat percaya diri mahasiswa yang mengikuti pencak silat dalam kategori laga dan kategori seni pada UKM pencak silat tapak suci Unesa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, ada beberapa saran sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan pembinaan UKM sebagai alternative bahan bacaan untuk lebih baik dan lebih aktif lagi memberikan pembelajaran tentang percaya diri bagi pesilat – pesilat mulai dari yang nol ban hingga yang sudah professional di dalam proses latihan.
2. Sebagai salah satu tolak ukur dan mendorong mahasiswa dalam peningkatan percaya diri, keterampilan dan pengetahuan bagi mahasiswa yang mengikuti ukm pencak silat ini dalam membina rasa

percaya diri mereka agar lebih baik lagi dari sebelumnya.

3. Agar meningkatkan keaktifan dalam kegiatan kemahasiswaan khususnya pada UKM pencak silat, mengambil nilai – nilai positif dalam materi pencak silat guna meningkatkan percaya diri, mengembangkan karakter yang bermuara pada meningkatkan kualitas sumber daya manusia.
4. Sebagai salah satu wawasan maupun pengetahuan bahwa pencak silat tidak hanya memberikan teknik dan fisik saja akan tetapi di dalam pencak silat juga mengajarkan nilai – nilai positif melalui psikologis seperti rasa percaya diri.

DAFTAR RUJUKAN

Bell.F.Keith. 2011. *Berfikir Juara*. Satlak Utama Muda.

Hakim. 2002. *Faktor – faktor yang mempengaruhi percaya diri*. Tersedia pada <http://miklotof.wordpress.com/2010/06/25/factor-pdf/> Diakses tanggal 14 agustus 2015

Hakim. 2002. *Pengertian percaya diri*. Tersedia pada <http://holikulantar.blogspot.com/2012/05/percaya-diri-pd-apa-itu-percaya-diri.html>. Diakses tanggal 14 agustus 2015

Husdarta. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: ALFABETA.

IPSI, 2012. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat*. Jakarta: Pengurus Besar Ikatan Pencak Silat Indonesia.

Kristiyandaru, Qomarrullah. 2012. *KAMUS istilah Cabang Olahraga*. Surabaya: UnesaUniversityPress.

Komarudin. 2013. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosda karya.

Lauster. 1997. *Aspek – aspek kepercayaan diri*. Tersedia pada <http://tulisantantim.wordpress.com/2012/07/04/tug-as-makalah-psikologi-percaya-diri/>. Diakses tanggal 14 agustus 2015

Lauster. 2002. *Pengertian kepercayaan diri*. Tersedia pada <http://tulisantantim.wordpress.com/2012/07/04/tug-as-makalah-psikologi-percaya-diri/>. Diakses tanggal 14 agustus 2015

Lubis, Hendro. 2014. *PENCAK SILAT edisi kedua*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. Halaman 18-43

Maksum. 2007. *Statistik dalam olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Mulyana. 2013. *Pendidikan Pencak Silat*. Bandung: PT Remaja Rosda karya

NaharsariDyah, Nur. 2008. *Olahraga Pencak Silat*. Jakarta: Ganeca Exact.

Ro'is, Achmad Fitriani. 2015. “*Perbandingan Tingkat Kepercayaan Diri Siswa SMPN 2 Gandusari dan MTSN Gandusari Kabupaten Blitar yang mengikuti ekstrakurikuler Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate*”. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya.

Tim Penyusun. 2014. *Pedoman Penulisan SKRIPSI Universitas Negeri Surabaya*. Tanpa Penerbit.

Wawancara dengan pendiri UKM pencak silat Tapak Suci UNESA atas nama Muhammad Zakaria. *Sejarah berdirinya UKM pencak silat Tapak Suci UNESA dan Visi Misi*. Tanggal 03 November 2015. Pukul 14.00 – 17.00 WIB di Sekretariatan IPSI Surabaya.

Wawancara dengan ketua UKM pencak silat Tapak Suci UNESA tahun 2015 – 2016 atas nama Okky Dimas Kurniawan. *Pendapat dan harapan mengenai penelitian tingkat percaya diri*. Tanggal 11 Januari 2016. Pukul 19.00 WIB di UKM Pencak Silat Tapak Suci Unesa.

Wawancara dengan pelatih UKM pencak silat Tapak Suci UNESA tahun 2015 – 2016 atas nama Randika. *Pendapat dan harapan mengenai penelitian tingkat percaya diri*. Tanggal 11 Januari 2016. Pukul 19.00 WIB di UKM Pencak Silat Tapak Suci Unesa.

Wawancara dengan salah satu atlet senior katagori laga UKM pencak silat Tapak Suci UNESA tahun 2015 – 2016 atas nama M. Rizal Charbi. *Pendapat dan harapan mengenai penelitian tingkat percaya diri*. Tanggal 11 Januari 2016. Pukul 19.00 WIB di UKM Pencak Silat Tapak Suci Unesa.

Wawancara dengan salah satu atlet senior kategori seni UKM pencak silat Tapak Suci UNESA tahun 2015 – 2016 atas nama Mitra. *Pendapat dan harapan mengenai penelitian tingkat percaya diri*. Tanggal 08 Januari 2016. Pukul 20.00 WIB Via telepon.

_____. 2014. *Sejarah Tapak Suci*. (online), https://id.wikipedia.org/wiki/Tapak_Suci_Putera_Muhammadiyah diakses tanggal 14 Agustus 2015

_____. 2013. *Pengertian UKM*. (online) https://id.wikipedia.org/wiki/Unit_kegiatan_maha_siswa diakses tanggal 14 Agustus 2015

_____. 2013. *Pengertian Pendidikan*. (online) <http://9wiki.net/pengertian-pendidikan/> diakses tanggal 27 November 2015

_____. http://hukum.unstrat.ac.id/uu/uu_3_05.htm diakses tanggal 27 November 2015).

_____. (Online), (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/>, diunduh pada tanggal 15 Januari 2016).