

# TINGKAT PEMAHAMAN ATLET PENCAK SILAT USIA DEWASA KATEGORI TANDING DI IPSI PONOROGO TERHADAP PERATURAN PERTANDINGAN PENCAK SILAT 2016

**Atik Dwi Nopitasari, Achmad Rizanul Wahyudi**

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

[Atik.18042@mhs.unesa.ac.id](mailto:Atik.18042@mhs.unesa.ac.id), [achmadrizanul@unesa.ac.id](mailto:achmadrizanul@unesa.ac.id)

## **Abstrak**

Peraturan pertandingan pencak silat terbaru MUNAS IPSI XVI tahun 2016 jika dibandingkan peraturan sebelumnya, beberapa perubahan cukup menonjol dalam peraturan pertandingan. Dimainkan dan dilakukan sesuai dengan ketentuan kategori yang telah ditetapkan dalam aturan permainan dan diarahkan oleh Pelaksana Teknis Permainan yang valid. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan pemahaman peraturan pertandingan pencak silat kategori tanding. Sampel berjumlah 10 atlet IPSI Ponorogo. Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan metode kuisioner. Teknik analisis yang mengarah pada data statistik dengan menggunakan aplikasi teknologi SPSS, excel dan perhitungan manual pada perhitungan hasil akhir. Berdasarkan hasil penelitian untuk Atlet IPSI Ponorogo terhadap pemahaman peraturan pertandingan pencak silat 2016 kategori tanding sebesar 52,59%. Hasil persentase seluruh atlet sebesar 52,59% termasuk dalam kriteria tinggi.

Kata Kunci : Peraturan Pertandingan, Pencak Silat, Kategori Tanding.

## **Abstract**

The latest pencak silat match rules of MUNAS IPSI XVI in 2016 when compared to the previous regulations, some changes are quite prominent in the match rules. Played and performed in accordance with the provisions of the categories set out in the rules of the game and directed by a valid Technical Executor of the Game. The purpose of this study is to find out and describe the understanding of the rules of pencak silat matches in the sparring category. The sample numbered 10 Ponorogo IPSI athletes. This research uses quantitative descriptive with questionnaire method. Analytical techniques that lead to statistical data using the application of SPSS technology, excel and manual calculations on the calculation of the final result. Based on the results of research for IPSI Ponorogo Athletes on the understanding of the regulations for the 2016 pencak silat competition, the sparring category was 52.59%. The percentage result of all athletes of 52.59% falls under the high criteria.

Keywords: Match Rules, Pencak Silat, Sparring Category.

## PENDAHULUAN

Berkembangnya olahraga di zaman era modern ini terdapat banyak jenis olahraga khususnya olahraga bela diri yang ada di dunia, salah satunya adalah pencak silat. Pencak silat adalah olahraga yang metode latihannya terdiri dari serangkaian gerakan tubuh yang dikondisikan dengan metode pelatihan bertarung. Pertandingan seni bela diri diperjuangkan sesuai dengan rasa persaudaraan dan semangat kesatria, menggunakan unsur seni bela diri, dan olahraga.

Pencak silat merupakan olahraga prestasi yang banyak diminati dikalangan masyarakat, pelajar bahkan mahasiswa. Perkembangan olahraga pencak silat sangatlah pesat. Pada Asian Games 2018 di Jakarta-Palembang, olahraga pencak silat menyumbangkan medali emas terbanyak dari cabang olahraga lainnya. Pencak Silat, seni bela diri asli Indonesia, terkenal di negara-negara seperti Filipina, Malaysia, Brunei Darussalam, Thailand, dan Singapura. Di Indonesia pencak silat, mempunyai induk organisasi yang bernama IPSI kepanjangan dari (Ikata Pencak Silat Indonesia), dan berbagai macam perguruan. Dalam penyelenggaraan pertandingan pencak silat menggunakan peraturan pertandingan yang sudah ditetapkan dalam bertanding.

Kategori pertandingan dalam pencak silat terdapat banyak macam nomor-nomor pertandingan antara lain, kategori tanding dan seni, dalam penelitian ini penulis mengkhususkan kategori tanding di usia dewasa karena atlet di usia tersebut mewakili Indonesia di ajang seperti, Sea Games, Asian Games dll. Banyaknya jenis kelas-kelas yang dipertandingan maka terdapat pula peraturan-peraturan yang berlaku yakni peraturan dalam pertandingan khususnya dalam kategori Tanding.

Pertandingan yang dimainkan dan dilakukan sesuai dengan ketentuan kategori yang telah ditetapkan dalam aturan permainan dan diarahkan oleh Pelaksana Teknis Permainan yang valid. (MUNAS PBIPSI: 2016). Peraturan pertandingan adalah suatu peraturan yang berlaku di suatu perlombaan atau pertandingan sesuai cabang olahraga tertentu yang mempunyai tujuan agar pertandingan berjalan dengan sportif dan adil.

Peraturan pertandingan pencak silat terbaru, MUNAS IPSI XVI tahun 2016, lebih ketat dari peraturan sebelumnya, beberapa perubahan cukup menonjol dalam peraturan pertandingan. Kategori tanding menampilkan dua atlet dari sudut yang berbeda - sabuk merah dan biru. Kedua pemain itu menggunakan pola serangan dan pertahanan yang dipimpin oleh wasit

dalam permainan, mengumpulkan banyak nilai.

Keberhasilan atlet dalam turnamen seni bela diri ditentukan oleh berbagai faktor, termasuk kesadaran mereka akan aturan main, serta karakteristik fisik, strategis, mental, psikologis dan pemahaman atlet terhadap peraturan pertandingan. (Khoir, 2014: 2)

Memahami regulasi lomba pencak silat merupakan salah satu hal terpenting yang harus diketahui oleh atlet, pelatih, dan ofisial pertandingan pencak silat. Memahami peraturan tidak diragukan lagi akan menguntungkan setiap atlet yang berkompetisi dan akan memungkinkan seorang atlet untuk menguasai permainan, tetapi atlet yang tidak memahami aturan permainan akan menghadapi tantangan dan kesulitan. Akibatnya, atlet yang memahami aturan permainan dalam pencak silat dapat mengurangi jumlah pelanggaran yang terjadi sepanjang permainan, mungkin mengurangi poin atau bahkan mendiskualifikasi mereka.

Atlet yang terlibat dalam tim IPSI Ponorogo yang terpilih untuk persiapan PORPROV 2022 dan belum memahami peraturan lomba pencak silat 2016 kategori tanding, serta atlet berprestasi. Dalam penelitian ini akan diselenggarakan pada atlet pencak silat kategori tanding di IPSI Ponorogo yang berusia dari 17-21 tahun. IPSI Ponorogo yang menjadi wadah atlet kabupaten untuk mengembangkan prestasinya. Bukan hanya menjadi wadah tetapi juga bisa mencetak atlet berkelas Nasional bahkan Internasional di cabang olahraga pencak silat.

Berdasarkan uraian diatas kemampuan pemahaman atlet terhadap peraturan pertandingan sangat penting untuk diperhatikan lebih, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul "Tingkat Pemahaman Atlet pencak silat usia dewasa kategori tanding di IPSI Ponorogo terhadap peraturan pertandingan pencak silat 2016".

## METODE

### Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. *Descriptive research* adalah metode penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan secara sistematis fakta dengan akurat tentang gejala (phenomena) tertentu yang menjadi pusat perhatian peneliti. (Sriundy M I Made, 2015:90). Desain penelitian tersebut menjelaskan tentang data atau informasi yang dikumpulkan untuk meningkatkan validitas penelitian (Maksum, 2012:95).

### Subjek Penelitian

Atlet pencak silat IPSI kategori dewasa, baik pria maupun wanita, dengan total 10 atlet yang berusia 17-21 tahun, di kabupaten/kota Ponorogo Provinsi Jawa Timur.

### Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data berupa pengisian angket tertutup. Adapun rincian pelaksanaan standart oprasional prosedural, antara lain:

1. Peneliti melakukan observasi serta meminta izin kepada Ketua pelatih dan pendamping atlet IPSI Ponorogo.
2. Peneliti mengumpulkan atlet yang akan diteliti untuk melakukan pendataan sebagai sampel penelitian.
3. Setelah itu peneliti membagikan angket untuk seluruh atlet pencak silat IPSI Ponorogo dengan menerapkan protokol kesehatan.
4. Peneliti menjelaskan petunjuk mengerjakan angket kepada atlet.
5. Kemudian angket di isi oleh atlet dan tidak diberikan batasan waktu untuk mengerjakan.
6. Peneliti mengumpulkan angket yang sudah di isi oleh atlet.
7. Peneliti sudah membawa angket tersebut dan peneliti memberikan ucapan terima kasih kepada atlet serta pelatih dan pendamping.

### Instrumen Penelitian

Instrumen kuesioner atau kuesioner yang digunakan dalam penelitian sudah divalidasi oleh penilaian ahli dan diuji pada atlet Pencak Silat dewasa dalam kategori tanding di IPSI dengan total 10 responden. Dibawah ini kisi-kisi dari instrumen penelitian tentang Tingkat Pemahaman Atlet Usia Dewasa Kategori Tanding Di IPSI Ponorogo Terhadap Peraturan Pertandingan Pencak Silat 2016:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	No Butir	Σ
Tingkat Pemahaman Atlet Pencak Silat Usia Dewasa Kategori Tanding Di Ipsi Ponorogo Terhadap Peraturan	Ketentuan	1	1
	Perlengkapan Bertanding		
	Ketentuan Pendamping Pesilat	11,12	2
	Ketentuan Tata cara pertandingan	13	1
	Ketentuan Bertanding	2,3,4,14,21,24	6

Pertandingan Pencak Silat 2016	Ketentuan Nilai	5,6,7,8,15,25	6
	Ketentuan Kemenangan	9,10,16	3
	Ketentuan Penilaian Juri	17,22	2
	Ketentuan Penilaian Digital	18,19	2
	Ketentuan Penimbangan	20,23	2
	<b>Jumlah soal</b>		<b>25</b>

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang akan digunakan oleh peneliti ialah dengan teknik analisis berupa kuantitatif yang mengarah pada data statistik dengan menggunakan aplikasi teknologi SPSS, excel dan perhitungan manual pada perhitungan hasil akhir. Yang kemudian semua itu di jawab dengan rumusan masalah (Sugiyono, 2014:243).

### Hasil Dan Pembahasan

Setelah pendataan selesai dan data telah dikumpulkan, data yang telah diperoleh setelah melakukan penelitian dan pembahasan akan diberikan dalam bab ini. Hasil survei kuesioner tentang tingkat kesadaran atlet pencak silat usia dewasa kategori tanding di ipsi Ponorogo terhadap peraturan pertandingan pencak silat tahun 2016 dilaksanakan pada 14 Juni 2022.

Hasil penelitian ini dikumpulkan dari sepuluh atlet yang mengikuti lomba IPSI Ponorogo. Kuesioner penelitian memiliki 25 pertanyaan pilihan ganda, di mana 9 indikator, yaitu ketentuan untuk peralatan kompetitif, ketentuan pendamping pesilat, ketentuan tata cara pertandingan, ketentuan bertanding, ketentuan nilai, ketentuan kemenangan, ketentuan penilaian juri, ketentuan penilaian digital, ketentuan penimbangan.

Menurut hasil penelitian, semua atlet pencak silat dewasa kategori tanding di ponorogo ipsi terhadap peraturan lomba pencak silat 2016 dalam penelitian ini memiliki pemahaman 52,59 persen terhadap peraturan tersebut. Hasil persentase semua atlet sebesar 52,59 persen termasuk dalam persyaratan tinggi, menurut Arikunto (2010: 207).

Dibawah ini dapat dilihat hasil dari jawaban atlet di setiap sub indikator.

<b>No</b>	<b>Sub Indikator</b>	<b>Jawaban Benar</b>	<b>Presentase Pemahaman Subyek</b>	<b>Kriteria</b>
1	Ketentuan Perlengkapan Bertanding	4	40 %	Rendah
2	Ketentuan Pendamping Pesilat	8	40%	Rendah
3	Ketentuan Tata Cara Pertandingan	8	80%	Sangat Tinggi
4	Ketentuan Bertanding	28	46,67%	Rendah
5	Ketentuan Nilai	29	48,34%	Rendah
6	Ketentuan Kemenangan	22	73,34%	Tinggi
7	Ketentuan Penilaian Juri	6	30%	Rendah
8	Ketentuan Penilaian Digital	15	75%	Tinggi
9	Ketentuan Penimbangan	8	40%	Rendah

Berdasarkan data yang didapat dari penelitian masing-masing sub indikator memiliki hasil presentasi yang berbeda-beda. Ada sub indikator yang memiliki pemahaman yang tinggi maupun kecil.

1. Sub indikator tentang ketentuan perlengkapan bertanding dalam angket penelitian terdapat 1 soal yang mewakili. Satu pertanyaan tersebut membahas tentang ketentuan pelindung badan (*body protector*) dan yang menjawab benar 4 orang.
2. Sub indikator ketentuan pendamping pesilat. Dalam angket ini ada 2 soal yang mewakili sub indikator ini. Pertanyaan yang pertama nomor 11 tentang posisi pendamping pesilat yang benar menjawab hanya 1 atlet. Pertanyaan yang kedua terdapat nomor 12 membahas tentang pendamping pesilat mendapatkan

sanksi pelanggaran yang menjawab benar hanya 6 atlet.

3. Sub indikator ketentuan tata cara bertanding. Terdapat 1 soal yang mewakili sub indikator ini. Pertanyaan terdapat pada nomor 13 yang membahas tentang pengertian tata cara pertandingan, pesilat yang menjawab benar 8 atlet.
4. Sub indikator ketentuan bertanding. Ada 6 pernyataan yang mewakili sub indikator ini. Pertanyaan pertama nomor 2 yang membahas tentang pelanggaran berat, pesilat yang menjawab benar ada 8 atlet. Yang kedua terdapat nomor 3 yang membahas pelanggaran ringan, pesilat yang menjawab benar 9 atlet. Yang ketiga terdapat nomor 4 yang membahas bentuk hukuman dalam pembinaan dan yang berhasil menjawab benar tidak ada. Yang keempat terdapat nomor 14 yang membahas tentang pengertian pelanggaran ringan dan yang berhasil menjawab benar hanya 1 atlet. Yang kelima terdapat nomor 21 yang membahas posisi atlet dan yang berhasil menjawab benar tidak ada. Yang keenam terdapat nomor 24 yang membahas tentang tahapan ketentuan hukuman dan yang berhasil menjawab benar 10 atlet.
5. Sub indikator ketentuan nilai. Yang mewakili sub indikator ini terdapat 6 soal. Pertanyaan pertama nomor 5 yang membahas tentang serangan yang mendapatkan nilai satu, pesilat yang menjawab benar tidak ada. Pertanyaan kedua nomor 6 yang membahas tentang serangan atlet mendapatkan nilai 4 point, pesilat yang menjawab benar 8 atlet. Pertanyaan ketiga nomor 7 yang membahas tentang atlet mendapat nilai 3, pesilat yang menjawab benar 2 atlet. Pertanyaan keempat nomor 8 yang membahas tentang teknik menjatuhkan lawan, pesilat yang menjawab benar 4 atlet. Pertanyaan kelima nomor 15 yang membahas tentang teknik menjatuhkan lawan yang sah untuk dinilai, pesilat yang menjawab benar 9 atlet. Pertanyaan keenam nomor 25 yang membahas tentang teknik jatuhan mendapatkan point empat, pesilat yang menjawab benar 6 atlet.
6. Sub indikator ketentuan kemenangan terdapat 3 soal yang mewakili sub tersebut. Pertanyaan pertama nomor 9 yang membahas tentang penentu kemenangan, pesilat yang menjawab benar 6 atlet. Pertanyaan ke dua nomor 10 yang membahas tentang pernyataan menang

WMP, pesilat yang menjawab benar 8 atlet. Pertanyaan ketiga nomor 16 yang membahas tentang dokter pertandingan menentukan unfit, pesilat yang menjawab benar ada 8 atlet.

7. Sub indikator ketentuan penilaian juri. Dalam angket penelitian terdapat 2 pertanyaan yang mewakili sub indikator ini. Pertanyaan pertama nomor 17 yang membahas tentang banyaknya juri yang ditugaskan, pesilat yang menjawab benar 5 atlet. Pertanyaan kedua nomor 22 yang membahas tentang jumlah wasit juri yang ditugaskan, pesilat yang menjawab benar 1 atlet.
8. Sub indikator ketentuan penilaian digital. Yang mewakili sub tersebut ada 2 soal. Pertanyaan pertama nomor 18 yang membahas tentang kesempatan penggunaan kartu, pesilat yang menjawab benar 8 atlet. Pertanyaan kedua nomor 19 yang membahas tentang video replay, pesilat yang menjawab benar 7 atlet.
9. Sub indikator ketentuan penimbangan. Dalam angket penelitian terdapat 2 soal yang mewakili sub indikator ini. Pertanyaan pertama nomor 20 yang membahas tentang prosedur timbang badan, pesilat yang menjawab benar 1 atlet. Pertanyaan kedua nomor 23 yang membahas tentang batasan waktu timbang badan untuk atlet cidera, pesilat yang menjawab benar 7 atlet.

## Simpulan

Berdasarkan pertanyaan tentang hal itu telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemahaman semua atlet terhadap peraturan pertandingan 2016 dalam pemikiran ini termasuk kriteria tinggi yaitu 52,59%. Hal ini terlihat dari rate yang muncul dari masing-masing sub-indikator. Sub indikator yang termasuk dalam golongan rendah antaralain, ketentuan kelengkapan bertanding 40%, ketentuan pendamping pesilat 40%, ketentuan bertanding 46,67%, ketentuan nilai 48,34%, ketentuan penilaian juri 30%, dan ketentuan penimbangan 40%. Sub indikator dalam kriteria tinggi antara lain, ketentuan kemenangan 73,34% dan ketentuan penilaian digital 75%. Sub indikator yang memiliki pemahaman dalam kriteria sangat tinggi hanya satu yaitu sub indikator ketentuan tata carabertanding 80%.

## Saran

Saran yang diberikan untuk penelitian

yang berjudul “Tingkat Pemahaman Atlet Pencak Silat Usia Dewasa Kategori Tanding Di Ipsi Ponorogo Terhadap Peraturan Pertandingan Pencak Silat 2016” adalah sebagai berikut :

1. Seorang atlet harus paham mengenai peraturan pertandingan pencak silat 2016, hal ini sangat dibutuhkan oleh seorang atlet agar siap mental dan skill untuk menghadapi suatu lomba yang akan terjadi di event nasional maupun internasional.
2. Peran pelatih sangat dibutuhkan untuk meningkatkan pemahaman seorang atlet tentang peraturan pertandingan pencak silat 2016. Seorang pelatih diwajibkan untuk paham secara baik tentang peraturan pertandingan tersebut untuk mempersiapkan atlet jenjang event pertandingan tingkat nasional maupun internasional.
3. Pelatih harus memberikan jalinan pada pemahaman Atlet tentang aturan-aturan pencak silat 2016 yang berkoordinasi dalam mempersiapkan baik dalam teori maupun prsktek sehingga mampu menguasai dengan baik. Karena kemenangan sebuah pertandingan tergantung pelatih dalam mengajar atletnya karena kompetitor bisa menjadi cerminan pelatihnya.

## Daftar Pustaka

- Adiyamarthanino, Varelldevanka. 2021. “Sejarah dan penyebaran pencak Silat di Indonesia”.  
: <https://www.kompas.com/stori/read/2021/12/13/150000079/sejarah-dan-penyebaran-pencak-silat-di-indonesia?page=all#page2>. diakses pada 24 April pukul 12.00.
- Al-Amin,Muhamad Irfan.2021.”Sejarah Pencak Silat dari Metode bela Diri Hingga Seni Tradisi”,  
<https://katadata.co.id/safrezi/berita/61aef81248698/sejarah-pencak-silat-dari-metode-bela-diri-hingga-seni-tradisi/>.diakses pada 24 April 2022 Pukul 09.00.

- Arikunto, Suharsimi.2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT RINEKA CIPTA.
- Herwin, Dimyanti. 2013. *Jurnal Psikologi : “Karakteristik Psikologi Atlet di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP)”* Vol. 40 No. 2 Hal. 143-158.
- Huda, Fatkan Amirul. 2019. “*Pengertian Pemahaman*”. <https://fatkhan.web.id/pengertian-pemahaman/>. diakses pada 24 April pukul 11.31.
- Iswanto, 2018. “*Tingkat Pemahaman Atlet Terhadap Peraturan Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding Hasil MUNAS IPSI Tahun 2012 (Studi Pada Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat Universitas Negeri Surabaya)*”. Vol. 1 No. 2 Hal. 1-8.
- Maksum, Ali. 2007. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Munas, IPSI. 2012. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Ikatan Pencak Silat Indonesia*. Jakarta: PB IPSI.
- PB. IPSI. (2016). *Pedoman Formulir Pertandingan Pencak Silat Ikatan Pencak Silat Indonesia*. Padepokan Pencak Silat Indonesia. Jakarta.
- PB. IPSI. (2016). *Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga Ikatan Pencak Silat Indonesia*. Padepokan Pencak Silat Indonesia. Jakarta.
- Putra.2019. “*Pengertian Olahraga : Manfaat Tujuan & Macam-macam*”. <https://salamadian.com/pengertian-olahraga/>. diakses pada 23 April 2022 Pukul 10.00.
- Suyudi,Imam, sudirman Burharudin, dan Silaturahmi.2016.”*Hasil Pengabdian Masyarakat*”. [file:///C:/Users/asus/Downloads/15719-38928-1-SM%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/asus/Downloads/15719-38928-1-SM%20(3).pdf) . diakses pada 22 April 2022 Pukul 15.00. Pedagogy Of Social Studies. Vol. 3 No. 2 Hal. 33-40
- TIM Penyusun. 2019. *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya*. Surabaya. Unesa.
- Wati,Munika Risna.2020.”*Tingkat Pemahaman Atlet Pencak Silat Tentang Peraturan Pertandingan Kategori Tanding (Studi Pada Atlet Pencak Silat Kategori Tanding PPLP Jawa Timur)*”. Skripsi. Tidak Diterbitkan.Fakultas Ilmu Olahraga. Universitas Negeri Surabaya : Surabaya.