

TINGKAT PEMAHAMAN ATLET JURUS SENI TUNGGAL PADA PERTANDINGAN UNESA PENCAK SILAT *CHALLENGE COMPETITION* (UPSCC) III TERHADAP PERATURAN TERBARU 2025

Nur Iman Indah Sari¹, Fransisca Januarumi Marhaendra Wijaya²

S1-Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

nuriman.22006@mhs.unesa.ac.id

Dikirim: 20 Mei 2026 ; **Direview:** 20-04-2026; **Diterima:** 28-04-2026;
Diterbitkan: 28-04-2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman atlet jurus seni tunggal pada pertandingan Unesa Pencak Silat *Challenge Competition* (UPSCC) III terhadap peraturan terbaru tahun 2025. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Sampel penelitian berjumlah 65 atlet kategori remaja usia 14-17 tahun yang diambil melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa angket 40 butir pernyataan dengan skala likert yang disusun berdasarkan indikator pemahaman peraturan pertandingan. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman atlet secara keseluruhan berada pada kategori sangat paham. Distribusi frekuensi menunjukkan 34 atlet (52,31%) berada pada kategori sangat paham, 28 atlet (43,08%) kategori paham, dan 3 atlet (4,62%) kategori tidak paham. Tingginya tingkat pemahaman dipengaruhi faktor internal seperti usia dan pengalaman bertanding, serta faktor eksternal seperti peran pelatih dan intensitas latihan. Simpulannya, mayoritas atlet telah memiliki pemahaman yang baik terhadap regulasi terbaru sehingga pertandingan dapat berjalan tertib, sportif, dan profesional.

Kata Kunci: pemahaman atlet, pencak silat, jurus seni tunggal, peraturan pertandingan.

Abstract

This study aims to determine the level of understanding of the latest 2025 regulations among single-art athletes competing in the Unesa Pencak Silat Challenge Competition (UPSCC) III. This study used a quantitative descriptive method with a survey approach. The sample consisted of 65 youth athletes aged 14-17 selected through purposive sampling. The research instrument was a 40-item Likert scale questionnaire structured based on indicators of competition regulation understanding. Data were analyzed using descriptive statistics in percentage form. The results showed that the level of understanding fell into the "very understanding" category. Frequency distribution results showed 34 athletes (52.31%) were very understanding, 28 (43.08%) were understanding, and 3 (4.62%) were not understanding. This high level of understanding is influenced by internal factors such as age and experience, and external factors like the coach's role and training intensity. In conclusion, the majority of athletes have a good understanding of the latest regulations, allowing the competition to proceed orderly, sportingly, and professionally.

Keywords: athlete understanding, pencak silat, single arts, competition regulations.

1. PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan seni bela diri tradisional asli Indonesia yang tidak hanya menekankan pada aspek fisik, tetapi juga mengandung nilai budaya dan spiritual yang mendalam sebagai seni tradisional autentik Indonesia (Fadllan & Pramono, 2021). Menurut Ediyono dan Widodo (2019), pencak silat didefinisikan sebagai kombinasi antara gerakan menyerang dan bertahan yang dilakukan dengan irama serta tata cara tertentu, dengan menekankan nilai kesatria dan kehormatan. Secara garis besar, pencak silat dibagi menjadi kategori tanding dan seni (jurus). Kategori seni tunggal menurut Subekti et al. (2025) adalah nomor yang menekankan gerakan individu tanpa melibatkan lawan, di mana atlet diharapkan memperagakan kemahiran jurus baku secara benar, tepat, mantap, dan penuh penjiwaan. Urgensi penelitian ini didasarkan pada adanya pembaruan regulasi internasional oleh Persekutuan Pencak Silat Antar Bangsa (PERSILAT) dari peraturan tahun 2022 menjadi peraturan tahun 2025 sebagai upaya standarisasi menuju ajang Olimpiade.

Pemahaman terhadap peraturan ini menjadi kunci utama kesuksesan atlet. E. Adams (2017) menyatakan bahwa pemahaman merupakan aspek kognitif di mana individu dapat menafsirkan, membandingkan, dan menjelaskan konsep tertentu. Hal ini diperkuat oleh Kohir (2014) yang menjelaskan bahwa keberhasilan atlet dalam mengikuti turnamen sangat dipengaruhi oleh tingkat pemahaman terhadap aturan pertandingan. Perubahan peraturan tahun 2025 mencakup aspek krusial seperti sistem tahapan pertandingan, durasi waktu penampilan, hingga tata cara penilaian yang menuntut atlet untuk beradaptasi secara cepat. Sebagaimana dikemukakan oleh Gandasari et al. (2023), keberhasilan penampilan jurus seni tunggal sangat dipengaruhi oleh pemahaman teknik gerak baku serta kesesuaiannya dengan aturan penilaian yang berlaku.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan pemahaman yang beragam terhadap regulasi pencak silat. Penelitian oleh Wahyuningtyas et al. (2024) menemukan bahwa tingkat pengetahuan atlet tentang peraturan pertandingan secara umum masih tergolong sedang dan menekankan perlunya sosialisasi intensif saat terjadi perubahan regulasi. Sementara itu, Rindiana dan Wahyudi (2024) mencatat tingkat pemahaman yang tinggi (67,66%) pada atlet terhadap peraturan tahun 2021, dan Ilyas et al. (2024) mencatat hasil sebesar 76,07% untuk peraturan tahun 2022. Meskipun demikian, terdapat kekosongan penelitian terkait peraturan terbaru tahun 2025. Novelty atau kebaruan dari penelitian ini adalah fokus spesifik pada tingkat pemahaman atlet kategori jurus seni tunggal terhadap regulasi terbaru tahun 2025, yang memiliki perbedaan signifikan seperti pemisahan penampilan tangan kosong dan senjata pada babak penyisihan.

Banyak atlet saat ini cenderung hanya mengikuti instruksi pelatih tanpa memahami detail aturan secara mendalam, sehingga berisiko melakukan

pelanggaran teknis yang dapat merugikan nilai. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis dan mengetahui tingkat pemahaman atlet jurus seni tunggal pada pertandingan Unesa Pencak Silat *Challenge Competition* (UPSCC) III terhadap peraturan terbaru tahun 2025. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dalam menyusun program latihan serta membantu organisasi seperti IPSI dalam mengoptimalkan sosialisasi regulasi baru demi tercapainya pertandingan yang lebih tertib, sportif, dan profesional.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Berdasarkan pendapat para ahli, penelitian deskriptif merupakan penelitian yang menjelaskan suatu fenomena, peristiwa, atau kondisi secara faktual dan akurat sebagaimana adanya guna menggambarkan karakteristik objek yang menjadi populasi penelitian. Penelitian ini dilaksanakan pada 18 sampai dengan 21 Desember 2025 bertempat di GOR Internasional Universitas Negeri Surabaya. Populasi penelitian adalah seluruh atlet jurus seni tunggal pada pertandingan Unesa Pencak Silat *Challenge Competition* (UPSCC) III, dengan sampel sebanyak 65 atlet kategori remaja usia 14-17 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2013).

Instrumen penelitian berupa angket (kuesioner) yang terdiri dari 40 butir pernyataan untuk menilai tingkat pemahaman terhadap peraturan pencak silat terbaru tahun 2025. Pengukuran data menggunakan skala likert yang dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban: Sangat Paham (4), Paham (3), Tidak Paham (2), dan Sangat Tidak Paham (1) (Sugiyono, 2013). Penggunaan skala likert dipilih karena memiliki kemampuan untuk mengukur tingkat pemahaman secara lebih mendalam, sistematis, dan terukur.

3. HASIL

a. Deskripsi Hasil Tingkat Pemahaman Atlet Jurus Seni Tunggal Pada Pertandingan UPSCC III Tahun 2025

Berdasarkan analisis statistik terhadap 40 responden atlet kategori remaja, diperoleh skor maksimal sebesar 160 dan skor minimal sebesar 40. Tingkat pemahaman atlet secara keseluruhan menunjukkan hasil yang sangat positif terhadap regulasi terbaru tahun 2025.

Tabel 1. Hasil Stastistik Angket Pemahaman Atlet

| Responden | Statistik | Skor |
|--------------------------|-----------|------|
| Atlet Jurus Seni Tunggal | Skor Max | 160 |
| | Skor Min | 40 |
| | Rentang | 30 |

Hasil data yang telah diuraikan dapat dijelaskan bahwa tingkat pemahaman atlet jurus seni tunggal pada pertandingan Unesa Pencak Silat

Challenge Competition (UPSCC) III terhadap peraturan pertandingan terbaru dengan hasil skor maksimal sebesar 160, dengan skor minimum sebesar 40 serta rentang antar kelas sebesar 30 dalam hasil data tersebut dapat dimasukkan ke dalam kategori sebagai berikut:

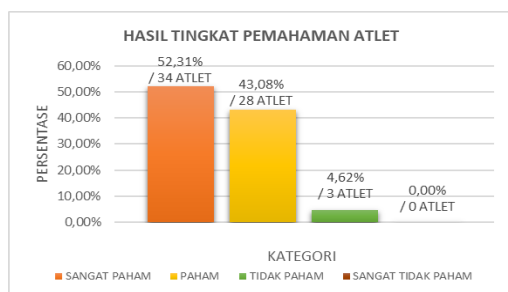


Diagram 1. Hasil Tingkat Pemahaman Atlet

Hasil kategorisasi menunjukkan distribusi tingkat pemahaman atlet jurus seni tunggal pada pertandingan Unesa Pencak Silat *Challenge Competition* (UPSCC) III terhadap peraturan pertandingan terbaru. Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat 34 atlet (52,31%) yang memiliki tingkat pemahaman peraturan pertandingan dalam kategori sangat paham. Sementara itu, 28 atlet (43,08%) menunjukkan tingkat pemahaman peraturan yang paham. Sebanyak 3 atlet (4,62%) memiliki tingkat pemahaman peraturan yang tidak paham, dan 0 atlet (0%) memiliki tingkat pemahaman peraturan yang sangat tidak paham.

Dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman atlet jurus seni tunggal pada pertandingan Unesa Pencak Silat *Challenge Competition* (UPSCC) III terhadap peraturan pertandingan terbaru cenderung berada dalam kategori sangat paham.

4. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan menggambarkan tingkat pemahaman atlet jurus seni tunggal terhadap peraturan pertandingan terbaru pada Unesa Pencak Silat *Challenge Competition* (UPSCC) III. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas atlet berada pada kategori sangat paham, sehingga pemahaman aturan dianggap mampu menunjang performa dan meminimalisir kesalahan teknis maupun pelanggaran saat bertanding (Iswanto et al., 2018).

Secara keseluruhan, tingkat pemahaman atlet terhadap peraturan pertandingan terbaru berada pada kategori sangat paham. Pemahaman ini dipengaruhi faktor eksternal seperti frekuensi latihan, bimbingan pelatih, lingkungan latihan yang kondusif, dan interaksi dengan sesama atlet. Lingkungan latihan yang baik membantu proses diskusi dan pemahaman aturan pertandingan. Adapun faktor internal yang memengaruhi pemahaman atlet meliputi pengalaman, motivasi, kemampuan adaptasi, dan kecerdasan intelektual atlet. Tak hanya itu, usia juga menjadi faktor internal yang dapat mempengaruhi pemahaman atlet. Pada kelompok usia 15, 16, dan 17 tahun terdapat

masing-masing satu atlet yang berada pada indikator tingkat pemahaman tidak paham. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa usia dan pengalaman bertanding memiliki keterkaitan terhadap tingkat pemahaman atlet mengenai peraturan pertandingan. Atlet pada rentang usia tersebut sebagian masih tergolong baru mengikuti kategori seni tunggal.

Penelitian ini menunjukkan perlunya upaya peningkatan pemahaman atlet, terutama bagi atlet baru. Pengurus dan pelatih perlu memberikan sosialisasi aturan terbaru, simulasi pertandingan, pendampingan, serta evaluasi secara rutin. Pemahaman aturan pertandingan yang baik penting untuk meminimalisir pelanggaran dan meningkatkan kualitas performa atlet. Atlet tidak hanya dituntut mengetahui aturan, tetapi juga mampu menginterpretasikan dan menerapkannya secara tepat dalam situasi pertandingan yang dinamis.

5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil analisis, tingkat pemahaman atlet jurus seni tunggal pada pertandingan Unesa Pencak Silat *Challenge Competition* (UPSCC) III terhadap peraturan pertandingan terbaru dapat disimpulkan bahwa rata-rata secara keseluruhan berada pada kategori sangat paham. Namun, apabila ditinjau berdasarkan penggolongan usia 14–17 tahun, masih terdapat atlet pada usia 15, 16, dan 17 tahun yang memiliki tingkat pemahaman rendah, dengan masing-masing terdapat satu atlet pada kategori tidak paham.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis memanjatkan puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta dukungan penuh selama proses penyusunan penelitian ini. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam cabang olahraga pencak silat.

REFERENSI

- Adams, N. E. (2017). Bloom's taxonomy of cognitive learning objectives. *Journal of the Medical Library Association*, 105(3), 245–253. <https://doi.org/10.5195/jmla.2017.104>
- Ali, A., & Mubarak, M. (2025). Peran pencak silat dalam membentuk karakter disiplin siswa Assa-Adah Narathiwat Thailand. *Jurnal Guiding World*, 08(November), 195–205.
- Amrew, R., & Sulistya, F. (2025). Analisis pemahaman peraturan permainan bola voli di Akademi Voli Umby. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Teknologi Terapan*, 2(01), 34–39.
- Asyari, N., & Tuasikal, A. R. S. (2015). Pengaruh audio visual terhadap hasil gerak pencak silat seni tunggal. *Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 03(03), 626–630.

- Diana, P., Marethi, I., & Pamungkas, A. S. (2020). Kemampuan pemahaman konsep matematis siswa: Ditinjau dari kategori kecemasan matematik. *SJME (Supremum Journal of Mathematics Education)*, 4(1), 24. <https://doi.org/10.35706/sjmei.v4i1.2033>
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami makna seni dalam pencak silat. *Panggung*, 29(3), 300–313. <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/panggung/article/view/1014/638>
- Fadllan, M., & Pramono, M. (2021). Pemahaman ilmu spiritual warga pendidikan olahraga silat indah Garuda Loncat Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(20), 41–50. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/36470>
- Gandasari, M. F., et al. (2023). Pengaruh media audio visual terhadap hasil gerak pencak silat seni tunggal. *Physical Activity Journal*, 4(2), 231. <https://doi.org/10.20884/1.pajui.2023.4.2.7923>
- Hembrough, T. (2019). A case study: Focusing on sustainability themes and ecomposition through student blogs in a professional and technical writing course. *International Journal of Instruction*, 12(1), 895–914.
- Ilyas, M. F., Arifin, S., & Dirgantoro, E. W. (2024). Pemahaman atlet pencak silat Terate Muda Satu terhadap peraturan silat terbaru kategori tanding tahun 2022. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 12(2), 0–8.
- Kohir, M. A. (2014). Survei pemahaman peraturan pertandingan pencak silat hasil munas IPSI 2012 (Studi pada atlet IPSI Kabupaten Tuban) [Skripsi, Universitas Negeri Surabaya].
- Mulyana, B., & Lutan, R. (2021). The lost inner beauty in martial arts: A pencak silat. *The International Journal of the History of Sport*, 37(12), 1172–1186. <https://doi.org/10.1080/09523367.2020.1742703>
- Munas. (2025). Peraturan pertandingan pencak silat nasional tahun 2025. *Educacao e Sociedade*, 1(1).
- Ndari, R. W., & Setiawan, I. (2025). Analisis persepsi pelatih dan atlet terhadap perubahan regulasi pertandingan pencak silat: Studi pada Club Bogel Betebe. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 5(3), 417–426. <https://doi.org/10.38048/jor.v5i3.5951>
- Nopitasari, A., & Wahyudi, A. R. (2022). Tingkat pemahaman atlet pencak silat usia dewasa kategori tanding di IPSI Ponorogo terhadap peraturan pertandingan pencak silat 2016. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 05, 103–108.
- Nugroho, H., Gontara, S., Angga, P., & Jariono, G. (2024). Pencak silat as a comprehensive method of mental, physical, and spiritual growth: A systematic review. *Physical Education Theory and Methodology*, 24(6), 1015–1025. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.6.20>
- Rindiana, R. E., & Wahyudi, A. R. (2024). Tingkat pemahaman atlet dan pelatih kategori tanding IPSI Kabupaten Tuban terhadap peraturan pertandingan pencak silat 2021. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5, 136–144.
- Saifurrahman, M., & Nuhasono, T. (2023). Sarana dan prasarana di Padepokan Pencak Silat Kota Salatiga pada tahun 2022. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Survey*, 4, 93–102.
- Simanungkalit, S. F., et al. (2025). Analysis of factors affecting achievement level in taekwondo, blind chess, and football athletes. *Amerita Nutrition*, 9(1SP), 55–61. <https://doi.org/10.20473/amnt.v9i1SP.2025.55-61>
- Subekti, N., Kurniawan, M. I. S., & Sudarmanto, E. (2025). Evaluasi pembelajaran jurus seni tunggal pencak silat pada mahasiswa pendidikan jasmani FKIP UMS: Analisis pretest dan posttest. *Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST)*, 4(1), 549–555. <https://doi.org/10.31316/ijst.v4i1.8433>
- Sugiyono. (2013). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Supriyanto, A., Prasetyo, Y., & Elumalai, G. (2023). Pengembangan media pembelajaran PJOK berbasis web di kelas IV SD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(2), 17–28.
- Tantawi, A., Anggara, N., & Haffyandi, R. A. (2025). Tingkat pengetahuan atlet gulat Kabupaten Banjar terhadap peraturan pertandingan gaya bebas. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 11, 186–193.
- Ulumuddin, A. I., & Irsyada, M. (2022). Peran pelatih dalam membina moral atlet bolavoli PBV Skanor Lamongan. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 155–162. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/46461>
- Wahyuningtyas, A. T., et al. (2024). Analisis tingkat pemahaman wasit dan juri pencak silat Kabupaten Ponorogo pada peraturan terbaru. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(1), 15–20. <https://doi.org/10.46838/spr.v5i1.476>
- Yani, A., et al. (2026). Peningkatan pemahaman strategi permainan cabor bola tangan serta mengelola emosi pra kompetisi Sekolah Khusus Olahraga (SKO) Riau. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6, 1366–1373