

PEMAHAMAN MAHASISWA S1 PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI MENGENAI TENDANGAN YANG DINILAI DALAM PERTANDINGAN OLAHRAGA PENCAK SILAT

Mohd Asrul Baharuddin¹, Imam Marsudi¹

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

mohd.22135@mhs.unesa.ac.id¹

**Dikirim: 19-07-2026; Direview: 20-07-2026; Diterima: 30-07-2026;
Diterbitkan: 01-08-2026**

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Surabaya mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat. Pemahaman terhadap peraturan tendangan penting dimiliki mahasiswa sebagai bekal dalam pembelajaran maupun praktik pencak silat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Sampel penelitian berjumlah 200 mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2025. Instrumen penelitian berupa tes objektif pilihan ganda sebanyak 25 butir soal yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan SPSS versi 29. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman mahasiswa mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat berada pada kategori sangat tinggi. Nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 87,9 dengan standar deviasi 4,075. Sebanyak 176 mahasiswa (88,0%) berada pada kategori sangat tinggi, 13 mahasiswa (6,5%) kategori tinggi, 9 mahasiswa (4,5%) kategori rendah, dan 2 mahasiswa (1,0%) kategori sangat rendah. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat pemahaman yang sangat tinggi mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat.

Kata kunci: Pemahaman, mahasiswa PJKR, tendangan, pencak silat.

Abstract

This study aimed to determine the level of understanding of undergraduate students in the Physical Education, Health, and Recreation Study Program at Surabaya State University regarding scoring kicks in pencak silat competitions. Understanding the rules governing scoring kicks is essential for students as a foundation for both learning and practicing pencak silat. This study employed a quantitative approach using a descriptive research design. The sample consisted of 200 undergraduate students from the Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Surabaya State University, Class of 2025. The research instrument was a 25-item multiple-choice objective test that had been tested for validity and reliability. The data were analyzed using descriptive statistics with the assistance of SPSS version 29. The results indicated that the students' level of understanding regarding scoring kicks in pencak silat competitions was categorized as very high. The mean score was 87.9 with a standard deviation of 4.075. A total of 176 students (88.0%) were classified in the very high category, 13 students (6.5%) in the high category, 9 students (4.5%) in the low category, and 2 students (1.0%) in the very low category. Based on the findings, it can be concluded that undergraduate students in the Physical Education, Health, and Recreation Study Program at Surabaya State University have a very high level of understanding regarding scoring kicks in pencak silat competitions.

Keywords: Knowledge, Physical Education, Health, and Recreation students, scoring kicks, pencak silat.

1. PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan warisan budaya masyarakat Indonesia yang telah berkembang menjadi cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan secara resmi di tingkat nasional maupun internasional. Keberadaannya mencerminkan nilai-nilai leluhur seperti disiplin, sportivitas, dan penghormatan terhadap aturan. Dalam dunia pendidikan, pencak silat telah terintegrasi sebagai materi pembelajaran di sekolah yang tidak hanya berfokus pada teknik dasar, tetapi juga sebagai sarana penguatan nilai karakter peserta didik. Menurut Saka (2022), pemahaman merupakan kemampuan kognitif peserta didik dalam menginterpretasikan suatu konsep serta menghubungkannya dengan pengetahuan yang telah dimiliki untuk digunakan secara tepat dalam konteks pembelajaran. Hal ini diperkuat oleh Rochma (2023) yang menjelaskan bahwa pemahaman konsep adalah hasil proses berpikir aktif yang melibatkan kemampuan mengklasifikasi dan menerapkan konsep dalam situasi yang relevan.

Dalam konteks olahraga prestasi, teknik tendangan merupakan salah satu teknik utama untuk memperoleh poin dan meraih kemenangan. Penggunaan teknik tendangan yang tepat dan mengenai sasaran secara keras akan menghasilkan nilai sebesar dua poin. Namun, efektivitas serangan tidak hanya bergantung pada kekuatan fisik. Lestari (2024) menyatakan bahwa pemahaman konsep dalam pembelajaran olahraga ditunjukkan melalui kemampuan individu untuk mengetahui, menjelaskan, dan menerapkan materi sesuai dengan ketentuan yang berlaku agar pelaksanaan aktivitas tidak hanya benar secara teknik tetapi juga sesuai aturan. Urgensi pemahaman ini semakin meningkat seiring dengan diberlakukannya Peraturan Persilat Tahun 2021 dan Peraturan IPSI Tahun 2023 yang menuntut seluruh pihak, termasuk calon tenaga pendidik, untuk terus memperbarui pengetahuan mereka terhadap regulasi terbaru.

Meskipun pemahaman terhadap peraturan memiliki peran krusial, tren penelitian saat ini masih didominasi oleh kajian mengenai aspek keterampilan fisik dan performa teknik semata, seperti efektivitas latihan, peningkatan *power*, dan kecepatan tendangan. Masih terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) di mana kajian yang secara khusus menelaah pemahaman kognitif terhadap peraturan tendangan, seperti kriteria sah dan sasaran yang diperbolehkan, masih relatif terbatas.

Mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) sebagai calon guru dan pelatih memiliki tanggung jawab besar dalam mengajarkan dan mengevaluasi teknik sesuai peraturan yang berlaku. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai tingkat pemahaman mahasiswa terhadap regulasi pertandingan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani,

Kesehatan, dan Rekreasi mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif analitik. Metode ini dipilih untuk memberikan gambaran secara sistematis mengenai tingkat pemahaman mahasiswa terhadap teknik tendangan dalam pencak silat tanpa mencari hubungan antar variabel. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR), Universitas Negeri Surabaya. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Mei 2026 baik pada jam perkuliahan maupun di luar jam perkuliahan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa PJKR angkatan 2025, dengan jumlah sampel sebanyak 200 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel didasarkan pada pertimbangan keterwakilan karakteristik populasi.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan berupa tes objektif pilihan ganda yang terdiri dari 25 butir soal. Setiap soal memiliki empat alternatif jawaban (A, B, C, dan D) dengan satu jawaban benar yang diberi skor 1, sedangkan jawaban salah diberi skor 0. Indikator tes meliputi jenis-jenis tendangan sah, area serangan yang diperbolehkan, larangan/pelanggaran, serta sanksi dalam pertandingan. Sebelum digunakan, instrumen telah melalui uji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dan uji reliabilitas dengan metode *Cronbach's Alpha* berbantuan perangkat lunak SPSS versi 29. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,741 ($\geq 0,70$), sehingga instrumen dinyatakan konsisten dan layak digunakan.

Teknik analisis data dilakukan secara statistik deskriptif untuk menghitung nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, serta persentase pencapaian. Tingkat pemahaman mahasiswa dikelompokkan ke dalam empat kategori sebagai berikut:

1. Sangat Tinggi (76% – 100%)
2. Tinggi (51% – 75%)
3. Rendah (26% – 50%)
4. Sangat Rendah (0% – 25%)

3. HASIL

A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran instrument tes objektif berupa 25 butir soal pilihan ganda kepada mahasiswa yang menjadi responden penelitian.

Data yang didapatkan kemudian diolah dan dianalisis menggunakan *Statistical Package for Sosial*

Science (SPSS) versi 29. Analisis data dilakukan melalui uji validitas, uji reliabilitas, serta analisis statistik deskriptif untuk mengetahui tingkat pemahaman mahasiswa terhadap materi yang diteliti.

B. Statistik Deskriptif Data Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya Angkatan 2025 yang memenuhi kriteria. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran instrument tes objektif sejumlah 25 butir soal pilihan ganda digunakan untuk menilai tingkat pemahaman mahasiswa mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat.

Jumlah responden yang berpartisipasi pada penelitian ada sebanyak 200 mahasiswa. Seluruh responden sudah mengisi instrument penelitian secara lengkap hingga seluruh data dapat digunakan dalam proses analisis. Data yang telah terkumpul selanjutnya diolah menggunakan *Statistical Package for Sosial Science* (SPSS) Versi 29 untuk memperoleh Gambaran tingkat pemahaman mahasiswa mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat.

C. Jumlah Responden Penelitian

Hasil analisis statistik deskriptif tingkat pemahaman mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat disajikan pada Tabel 4.1 berikut.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Tingkat Pemahaman

Statistik	Nilai
Jumlah Responden (N)	200
Minimum	5
Maksimum	25
Mean	21,97
Standar Deviasi	4,075

Mahasiswa Berdasarkan Tabel 4.1, diperoleh nilai minimum sebesar 5 dan nilai maksimum sebesar 25 dari total 25 butir soal yang diberikan kepada responden. Nilai rata-rata (mean) yang didapat sebesar 21,97 dengan standar deviasi sebesar 4,075.

Apabila dikonversikan ke dalam skala 100, nilai rata-rata pemahaman mahasiswa mencapai 87,9. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi memiliki tingkat pemahaman yang sangat tinggi mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat. Sementara itu, nilai standar

deviasi sebesar 4,075 menunjukkan bahwa penyebaran skor responden relatif rendah, sehingga tingkat pemahaman mahasiswa cenderung homogen dan tidak menunjukkan perbedaan yang terlalu besar antar responden.

D. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas dilakukan agar mengetahui tingkat ketepatan setiap butir soal dalam mengukur pemahaman mahasiswa mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat. Uji validitas dilakukan memakai korelasi *Pearson Product Moment* bantuan SPSS versi 29.

Berdasarkan hasil analisis seluruh butir soal memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga semua item dinyatakan valid & layak digunakan sebagai instrument penelitian.

Tabel 2. Uji Validitas

No. Soal	Person correlation	Nilai Sig.	Kesimpulan	Interprestasi
1.	0,298	0,001	Valid	Rendah
2.	0,599	0,001	Valid	Cukup
3.	0,451	0,001	Valid	Cukup
4.	0,384	0,001	Valid	Rendah
5.	0,581	0,001	Valid	Cukup
6.	0,708	0,001	Valid	Tinggi
7.	0,619	0,001	Valid	Tinggi
8.	0,531	0,001	Valid	Cukup
9.	0,764	0,001	Valid	Tinggi
10.	0,680	0,001	Valid	Tinggi
11.	0,563	0,001	Valid	Cukup
12.	0,635	0,001	Valid	Tinggi
13.	0,556	0,001	Valid	Cukup
14.	0,576	0,001	Valid	Cukup
15.	0,373	0,001	Valid	Rendah
16.	0,472	0,001	Valid	Cukup
17.	0,482	0,001	Valid	Cukup
18.	0,437	0,001	Valid	Cukup
19.	0,602	0,001	Valid	Tinggi
20.	0,490	0,001	Valid	Cukup
21.	0,522	0,001	Valid	Cukup
22.	0,618	0,001	Valid	Tinggi
23.	0,545	0,001	Valid	Cukup
24.	0,596	0,001	Valid	Cukup
25.	0,283	0,001	Valid	Rendah

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa seluruh butir soal memiliki nilai korelasi positif dan signifikan. Nilai korelasi tertinggi pada soal 9 sebesar 0,764 dengan kategori tinggi, sedangkan nilai korelasi terendah terdapat pada soal 25 sebesar 0,283 dengan kategori rendah. Dengan demikian seluruh 25 butir soal dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam pengumpulan data penelitian.

E. Uji Rebiabilitas Instrumen

Uji reliabilitas digunakan agar mengetahui tingkat konsistensi instrument penelitian. Pengujian reliabilitas menggunakan metode *Cronbach's Alpha* melalui program SPSS versi 29.

Tabel 3. Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.741	25

Berdasarkan hasil uji reliabilitas didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,741. Nilai tersebut lebih besar dari 0,70 sehingga instrument penelitian dinyatakan reliabel. Hal ini menunjukkan bahwa instrument memiliki tingkat konsistensi yang baik & layak digunakan untuk mengukur pemahaman mahasiswa mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat.

F. Hasil Analisis Data

Analisis tingkat pemahaman mahasiswa dilakukan berdasarkan skor yang diperoleh dari 25 butir soal mengenai tendangan yang nantinya dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat. Selanjutnya skor yang diperoleh responden dikonversikan pada skala 100 dan di kelompokkan ke dalam empat kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah. Hasil distribusi tingkat pemahaman mahasiswa disajikan pada tabel 4.4 berikut

Tabel 4. Hasil Analisis Data

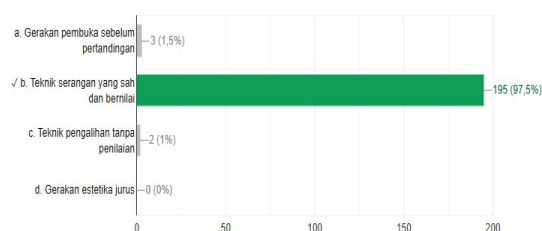
Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	176	88,0
Tinggi	13	6,5
Rendah	9	4,5
Sangat Rendah	2	1,0
Total	200	100

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sangat tinggi yaitu sebanyak 176 mahasiswa atau sebesar 88,0% dari total responden. Selanjutnya mahasiswa yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 13 mahasiswa atau sebesar 6,5%, yang tergolong kategori rendah sebanyak 9 mahasiswa atau sebesar 4,5%, adapun yang tergolong kategori sangat rendah sebanyak 2 mahasiswa yang setara 1,0%.

Berdasarkan hasil distribusi kategori tingkat pemahaman tersebut, diperlukan analisis yang lebih

rinci terhadap setiap butir soal untuk mengetahui tingkat ketepatan jawaban responden pada masing-masing pertanyaan. Oleh karena itu, berikut disajikan grafik distribusi jawaban responden pada setiap butir soal. Grafik ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai tingkat pemahaman mahasiswa terhadap materi yang diukur pada masing-masing soal, sehingga dapat diketahui butir soal yang memiliki tingkat ketepatan jawaban tinggi maupun butir soal yang masih memerlukan perhatian lebih lanjut.

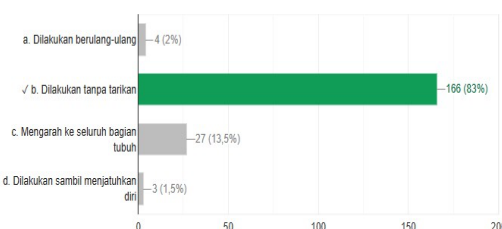
1. Dalam konteks peraturan pertandingan pencak silat kategori tanding, di bawah ini manakah yang termasuk fungsi dari teknik tendangan?
195 / 200 jawaban yang benar



Gambar 1. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 1

Berdasarkan Gambar 4.1, sebanyak 97,5% responden menjawab benar soal nomor 1, sedangkan 2,5% menjawab salah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami fungsi teknik tendangan dalam pertandingan pencak silat.

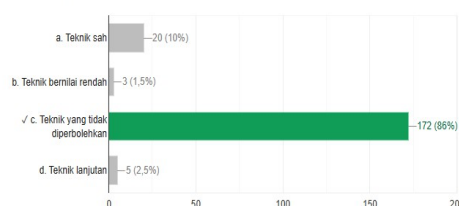
2. Dalam pelaksanaan pertandingan, suatu teknik tendangan dapat dinyatakan sah apabila memenuhi kondisi berikut, yaitu:
166 / 200 jawaban yang benar



Gambar 2. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 2

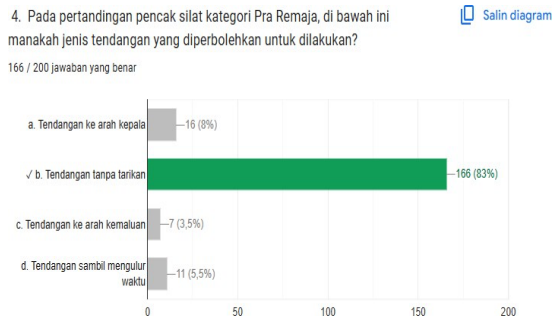
Berdasarkan Gambar 4.2, sebanyak 83% responden menjawab benar soal nomor 2. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa telah memahami syarat sah suatu teknik tendangan dalam pertandingan.

3. Dalam aturan pertandingan pencak silat, tendangan yang dilakukan dengan disertai tarikan termasuk ke dalam kategori:
172 / 200 jawaban yang benar



Gambar 3. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 3

Berdasarkan Gambar 4.3, sebanyak 86% responden menjawab benar soal nomor 3. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memahami kategori sasaran tendangan dalam pertandingan pencak silat.



Gambar 4. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 4

Berdasarkan Gambar 4.4, sebanyak 83% responden menjawab benar soal nomor 4, sehingga menunjukkan bahwa mahasiswa telah memahami jenis tendangan yang diperbolehkan sesuai kategori pertandingan.



Gambar 5. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 5

Berdasarkan Gambar 4.5, sebanyak 84% responden menjawab benar soal nomor 5. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami tujuan larangan teknik tendangan dalam pertandingan.

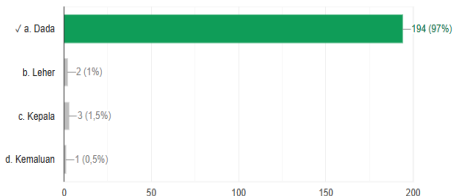


Gambar 6. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 6

Berdasarkan Gambar 4.6, sebanyak 84,5% responden menjawab benar soal nomor 6. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memahami dasar acuan teknik tendangan dalam pencak silat.

7. Dalam menentukan sah atau tidaknya suatu tendangan, di bawah ini manakah yang termasuk sasaran sah?

194 / 200 jawaban yang benar

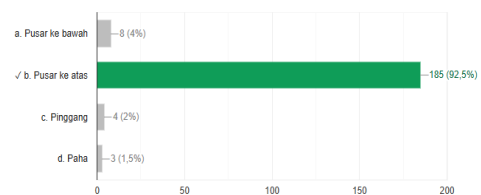


Gambar 7. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 7

Berdasarkan Gambar 4.7, sebanyak 97% responden menjawab benar soal nomor 7. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami sasaran tendangan yang termasuk sasaran sah.

8. Dalam pertandingan, tendangan ke arah perut dapat dinyatakan sah apabila mengenai bagian berikut:

185 / 200 jawaban yang benar

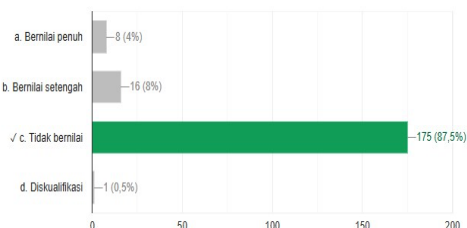


Gambar 8. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 8

Berdasarkan Gambar 4.8, sebanyak 92,5% responden menjawab benar soal nomor 8. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memahami ketentuan tendangan ke arah perut.

9. Jika dalam pertandingan tendangan mengenai bagian tungkai lawan, maka penilaiannya adalah:

175 / 200 jawaban yang benar

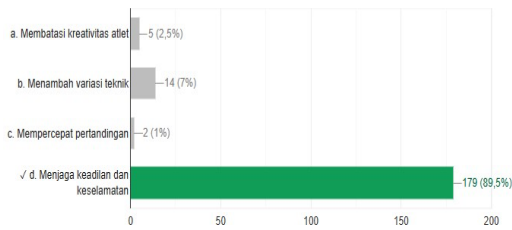


Gambar 9. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 9

Berdasarkan Gambar 4.9, sebanyak 87,5% responden menjawab benar soal nomor 9. Hal ini

menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memahami penilaian tendangan yang mengenai tungkai lawan.

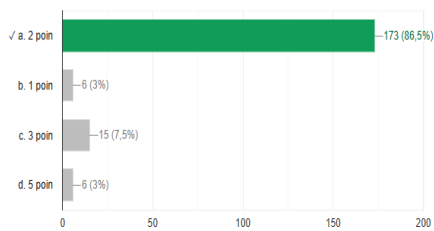
10. Penetapan sasaran sah dalam pertandingan pencak silat memiliki tujuan untuk
179 / 200 jawaban yang benar



Gambar 10. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 10

Berdasarkan Gambar 4.10, sebanyak 89,5% responden menjawab benar soal nomor 10. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami tujuan penetapan sasaran sah dalam pertandingan.

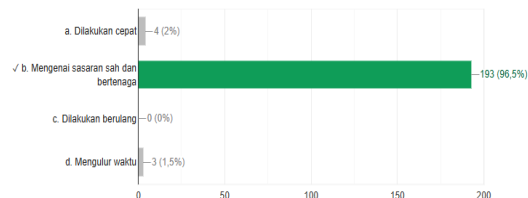
11. Dalam sistem penilaian pertandingan, tendangan yang sah dan mengenai sasaran akan memperoleh nilai:
173 / 200 jawaban yang benar



Gambar 11. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 11

Berdasarkan Gambar 4.11, sebanyak 86,5% responden menjawab benar soal nomor 11. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memahami nilai yang diperoleh dari tendangan yang sah.

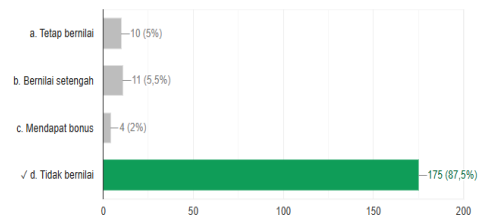
12. Suatu tendangan dapat dinilai sah oleh juri apabila memenuhi kondisi berikut
193 / 200 jawaban yang benar



Gambar 12. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 12

Berdasarkan Gambar 4.12, sebanyak 96,5% responden menjawab benar soal nomor 12. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memahami syarat suatu tendangan dapat dinilai oleh juri.

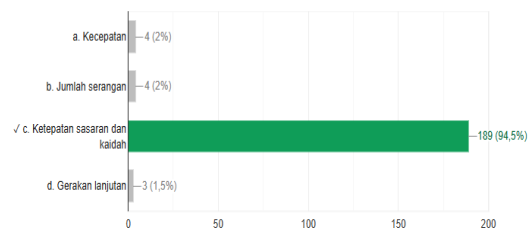
13. Dalam situasi pertandingan, apabila tendangan terhalang oleh tangkisan lawan, maka:
175 / 200 jawaban yang benar



Gambar 13. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 13

Berdasarkan Gambar 4.13, sebanyak 87,5% responden menjawab benar soal nomor 13. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memahami ketentuan penilaian tendangan yang terhalang tangkisan.

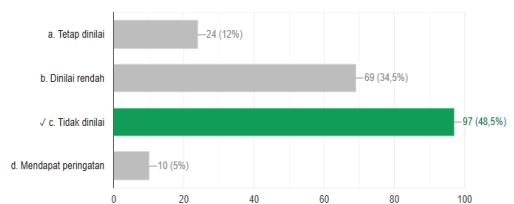
14. Dalam penilaian teknik tendangan, unsur utama yang menjadi pertimbangan adalah:
189 / 200 jawaban yang benar



Gambar 14. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 14

Berdasarkan Gambar 4.14, sebanyak 94,5% responden menjawab benar soal nomor 14. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memahami unsur utama yang menjadi pertimbangan teknik tendangan.

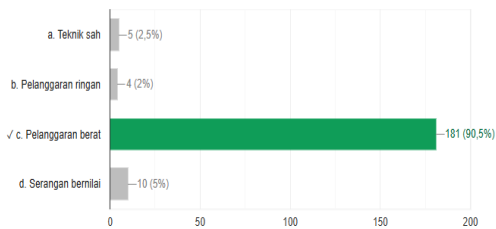
15. Apabila seorang pesilat melakukan tendangan tanpa menjaga keseimbangan tubuh, maka penilaiannya adalah:
97 / 200 jawaban yang benar



Gambar 15. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 15

Berdasarkan Gambar 4.15, hanya 48,5% responden menjawab benar, sedangkan 51,5% menjawab salah. Hasil ini menunjukkan bahwa soal nomor 15 merupakan butir dengan tingkat ketepatan jawaban terendah sehingga materi tersebut masih perlu dipahami lebih mendalam oleh mahasiswa.

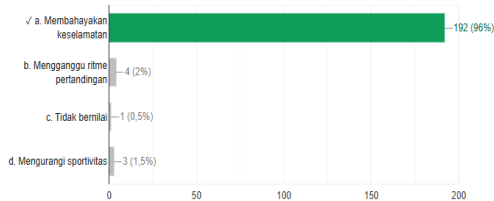
16. Dalam aturan pertandingan pencak silat, tendangan ke arah kepala termasuk:
181 / 200 jawaban yang benar



Gambar 16. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 16

Berdasarkan Gambar 4.16, sebanyak 90,5% responden menjawab benar soal nomor 16. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami ketentuan tendangan ke arah kepala.

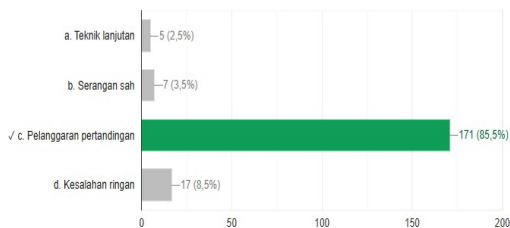
17. Tendangan ke arah leher tidak diperbolehkan dalam pertandingan karena:
192 / 200 jawaban yang benar



Gambar 17. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 17

Berdasarkan Gambar 4.17, sebanyak 96% responden menjawab benar soal nomor 17. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memahami arah tendangan yang tidak diperbolehkan dalam pertandingan.

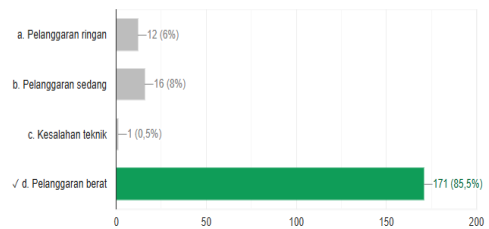
18. Jika tendangan dilakukan setelah aba-aba "HENTI" diberikan oleh wasit, maka tindakan tersebut termasuk:
171 / 200 jawaban yang benar



Gambar 18. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 18

Gambar 4.18, sebanyak 85,5% responden menjawab benar soal nomor 18. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memahami konsekuensi tendangan setelah aba-aba "HENTI".

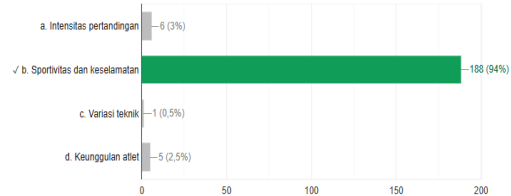
19. Dalam peraturan pertandingan, tendangan ke arah kemaluan termasuk dalam kategori:
171 / 200 jawaban yang benar



Gambar 19. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 19

Berdasarkan Gambar 4.19, sebanyak 85,5% responden menjawab benar soal nomor 19. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami kategori pelanggaran tendangan ke arah kemaluan.

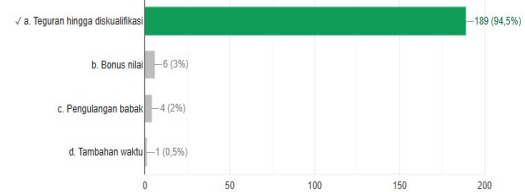
20. Secara umum, larangan terhadap teknik tendangan dalam pertandingan bertujuan untuk menjaga:
188 / 200 jawaban yang benar



Gambar 20. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 20

Berdasarkan Gambar 4.20, sebanyak 94% responden menjawab benar soal nomor 20. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memahami tujuan utama larangan teknik tendangan dalam pertandingan.

21. Apabila terjadi pelanggaran akibat penggunaan tendangan terlarang, maka sanksi yang dapat diberikan adalah:
189 / 200 jawaban yang benar

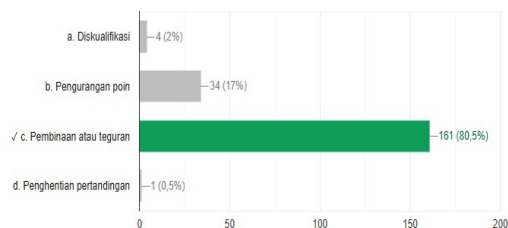


Gambar 21. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 21

Berdasarkan Gambar 4.21, sebanyak 94,5% responden menjawab benar soal nomor 21. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami sanksi akibat penggunaan tendangan terlarang.

22. Dalam kasus pelanggaran ringan akibat kesalahan teknik tendangan, sanksi yang diberikan berupa:

161 / 200 jawaban yang benar

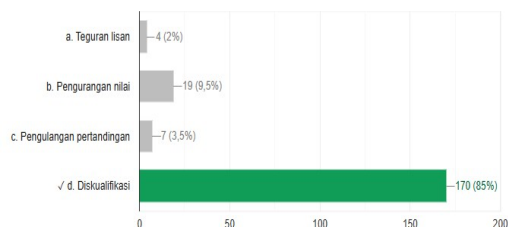


Gambar 22. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 22

Berdasarkan Gambar 4.22, sebanyak 80,5% responden menjawab benar soal nomor 22. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memahami sanksi untuk pelanggaran ringan.

23. Jika tendangan yang dilakukan tergolong berbahaya dan menyebabkan cedera, maka konsekuensinya dapat berupa:

170 / 200 jawaban yang benar

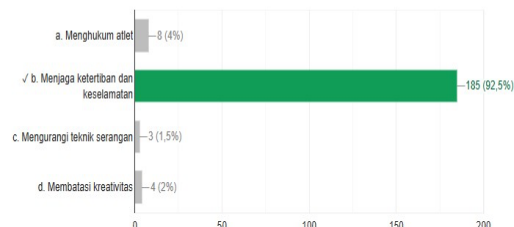


Gambar 23. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 23

Berdasarkan Gambar 4.23, sebanyak 85% responden menjawab benar soal nomor 23. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memahami konsekuensi terhadap tindakan yang membahayakan lawan.

24. Pemberian sanksi dalam pertandingan pencak silat bertujuan untuk:

185 / 200 jawaban yang benar



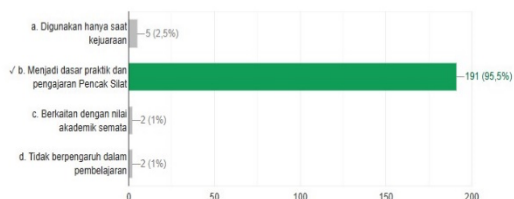
Gambar 24. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 24

Berdasarkan Gambar 4.24, sebanyak 92,5% responden menjawab benar soal nomor 24. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memahami

tujuan pemberian sanksi dalam pertandingan pencak silat.

25. Pemahaman mengenai peraturan tendangan penting bagi mahasiswa PJKR karena:

191 / 200 jawaban yang benar



Gambar 25. Grafik Distribusi Jawaban Responden pada Soal Nomor 25

Berdasarkan Gambar 4.25, sebanyak 95,5% responden menjawab benar soal nomor 25. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memahami pentingnya penguasaan peraturan tendangan dalam pembelajaran pencak silat.

Berdasarkan hasil analisis grafik distribusi jawaban responden pada setiap butir soal, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mampu menjawab dengan benar hampir seluruh butir soal yang diberikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi telah memiliki pemahaman yang baik mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat. Beberapa butir soal menunjukkan tingkat ketepatan jawaban yang sangat tinggi, seperti soal nomor 2 dan nomor 4 yang dijawab benar oleh seluruh responden. Selain itu, sebagian besar butir soal lainnya juga memiliki persentase jawaban benar di atas 80%, sehingga mengindikasikan bahwa materi yang diukur telah dipahami dengan baik oleh mayoritas mahasiswa.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa butir soal yang memiliki persentase jawaban benar lebih rendah dibandingkan butir soal lainnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat materi tertentu yang belum dipahami secara optimal oleh sebagian mahasiswa, terutama pada aspek yang berkaitan dengan ketentuan teknis dalam peraturan pertandingan. Namun demikian, secara keseluruhan hasil analisis setiap butir soal menunjukkan bahwa tingkat pemahaman mahasiswa mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan olahraga pencak silat berada pada kategori sangat tinggi. Dominasi jawaban benar pada sebagian besar butir soal memperkuat hasil analisis distribusi kategori yang menunjukkan bahwa mayoritas responden telah memahami materi mengenai teknik tendangan serta ketentuan peraturan pertandingan yang berlaku.

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, tingkat pemahaman mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi mengenai tendangan yang dinilai dalam pertandingan pencak silat berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa telah menguasai ketentuan teknis seperti jenis tendangan, sasaran sah, hingga sistem pelanggaran dan sanksi. Tingginya tingkat pemahaman ini mengindikasikan bahwa materi pencak silat yang diberikan selama proses perkuliahan telah efektif dalam membekali mahasiswa dengan wawasan regulasi pertandingan yang memadai.

Tingkat pemahaman yang sangat tinggi tersebut tidak terlepas dari latar belakang responden sebagai mahasiswa PJKR yang mendapatkan mata kuliah praktik maupun teori olahraga. Selain itu, kemudahan akses terhadap buku peraturan IPSI dan media digital turut mendukung peningkatan wawasan mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian Munika Risna Wati (2020) dan Atik Dwi Nopitasari (2022) yang menyatakan bahwa individu yang terlibat aktif dalam proses pembelajaran dan pembinaan pencak silat cenderung memiliki pemahaman peraturan yang baik. Dengan demikian, keterlibatan aktif mahasiswa dalam perkuliahan menjadi faktor kunci kontribusi terhadap hasil ini.

Analisis deskriptif per butir soal memperkuat temuan tersebut, di mana soal nomor 2 dan 4 dijawab benar oleh seluruh responden (100%), serta sebagian besar butir soal lainnya memiliki tingkat ketepatan di atas 80%. Hal ini membuktikan penguasaan mahasiswa yang sangat baik pada materi aturan tendangan secara umum. Namun, terdapat pengecualian pada soal nomor 15 yang hanya dijawab benar oleh 48,5% responden. Rendahnya ketepatan pada butir ini menunjukkan bahwa aspek materi yang bersifat sangat teknis dan jarang ditemui dalam praktik lapangan masih sulit dipahami secara optimal.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menegaskan bahwa mahasiswa S1 PJKR Universitas Negeri Surabaya memiliki penguasaan yang sangat tinggi terhadap regulasi tendangan pencak silat. Meskipun penguasaan umum sudah sangat baik, tetap diperlukan penguatan pada aspek-aspek teknis tertentu yang masih memiliki tingkat ketepatan rendah. Hal ini penting agar pemahaman mahasiswa terhadap seluruh materi peraturan pertandingan menjadi lebih merata, komprehensif, dan siap diaplikasikan dalam peran mereka sebagai calon pendidik maupun pelatih di masa depan.

5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan temuan dan analisis penelitian mengenai Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi terkait Tendangan yang Dinilai dalam Pertandingan Olahraga Pencak Silat, dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Surabaya mengenai tendangan yang dinilai dalam Pertandingan Olahraga Pencak Silat sangat tinggi.

Hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata sebesar 87,98, nilai minimum sebesar 5 (20 setelah dikonversi ke skala 100), dan nilai maksimum sebesar 25 (100 setelah dikonversi ke skala 100). Hasil distribusi kategori menunjukkan bahwa sekitar 176 mahasiswa (88,0%) termasuk dalam kategori sangat tinggi, 13 mahasiswa (6,5%) dalam kategori tinggi, 9 mahasiswa (4,5%) dalam kategori rendah, dan 2 mahasiswa (1,0%) dalam kategori sangat rendah.

Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki pemahaman yang baik mengenai jenis tendangan yang sah, sasaran tendangan yang diperbolehkan, pelanggaran yang berkaitan dengan penggunaan tendangan, serta sanksi yang berlaku dalam pertandingan olahraga pencak silat.

Sebagai rekomendasi, mahasiswa diharapkan terus meningkatkan pemahaman mengenai peraturan pertandingan, terutama pada materi teknis yang masih memiliki tingkat ketepatan jawaban relatif rendah agar penguasaan materi menjadi lebih merata. Program studi disarankan untuk mempertahankan serta meningkatkan kualitas pembelajaran pencak silat melalui integrasi teori dan praktik yang lebih mendalam agar kompetensi mahasiswa terus berkembang. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji faktor-faktor eksternal lain yang memengaruhi tingkat pemahaman, seperti pengalaman bertanding, keikutsertaan dalam organisasi pencak silat, dan frekuensi latihan dengan melibatkan populasi yang lebih luas untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Prof. Dr. Imam Marsudi, M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penyelesaian penelitian ini. Apresiasi juga disampaikan kepada Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya atas fasilitas akademik yang diberikan. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi melalui Program Kartu Indonesia Pintar Kuliah (KIP

Kuliah) atas bantuan biaya pendidikan selama masa studi. Selain itu, terima kasih kepada orang tua, keluarga, rekan-rekan mahasiswa, serta pihak-pihak terkait yang telah memberikan dukungan moril dan bantuan dalam pengumpulan data penelitian ini

REFERENSI

- Agus, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding. *Jurnal Olahraga*, 19(September), 1–10.
- Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*.
- Atik Dwi Nopitasari, A. R. W. (2022). 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. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 103–108.
- Drs. H. Maryanto. (2025). *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Nasional Tahun 2025*.
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). *Memahami Makna Seni dalam Pencak Silat*. 36.
- Gufron Amrulloh, Encep S, A. R. (2019). *TEKNIK SERANGAN YANG DOMINAN MENGHASILKAN KEMENANGAN PERTANDINGAN PENCAK SILAT KATEGORI TANDING (Penelitian Studi Analisis pada Kejuaraan Paku Bumi Open Cup VI 2019) 1*. 401–410.
- Harahap, A. A., Sinulingga, A., Medan, U. N., & Utara, S. (2021). MODEL PEMBELAJARAN PENCAK SILAT BERBASIS ANDROID. *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*, 1, 84–89.
- Hidayat, S., & Haryanto, A. I. (2021). *Pengembangan tes kelincahan tendangan pencak silat*. 74–80.
- Iba, Z., & Wardhana, A. (2024). *Analisis Regresi dan Analisis Jalur untuk Riset Bisnis Menggunakan SPSS & SMART-PLS*.
- Iswana, B., Fahritsani, H., & Nurudin, A. A. (2025). *Literature Review : The Positive Value of Pencak Silat in the Learning Process and Sports Practice*. 5(2), 224–233.
- Kiki Gustama, Rais Firlando, W. S. (2021). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Keterampilan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat. *IPM2KP*, 5, 29–39. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2860>
- Lestari, L., Rini, C. P., & Gumilar, A. (2024). Analisis Pemahaman Konsep dalam Pembelajaran IPA pada Siswa Kelas IV SD. *Journal of Education Research*, 5(4), 4533–4538.
- Maksum, A. (2007). *Statistik dalam Olahraga*.
- Pratiwi, H. D., Rusdiana, A., Imanudin, I., Ikhwani, I., Hardwis, S., Haryono, T., Umaran, U., Kurniawan, T., Fisioterapi, J., & Bandung, U. (2024). Analisis Kinematik Tendangan T Pencak Silat Melalui Prosedur Kelelahan: Analisis 2D. *Jurnal Dunia Pendidikan*.
- Rochma, N. A., Suwanti, V., Ika, Y., & Pranyata, P. (2023). *Analisis Kemampuan Pemahaman Konsep Siswa dalam Menyelesaikan Masalah Perbandingan Berdasarkan Teori Pirie-Kieren (An analysis of Students ' Understand Concepts Ability in Solving Proportion Problems Based on Pirie-Kieren Theory)*. 8(September), 100–113.
- Saka. (2022). Identifikasi pemahaman siswa dalam menyelesaikan soal materi besaran dan satuan di sma 4 toraja utara. *OPTIKA: Jurnal Pendidikan Fisika*, 6(2), 237–243.
- Schiffli, N. T., * A. M., Mulyana2, & Berliana2. (2021). TA'LEQ: Ethical and Moral Values of Cimande Pencak Silat Martial. *JPOJ*, 6(32), 115–120.
- Sugiyono, P. D. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*.
- Sutopo, W. G., Sabit, T., & Sakti, T. G. (2020). *Analisis Kecepatan Tendangan Sabit Pada Pesilat Remaja Perguruan Pencak Silat Tri Guna Sakti Di Kabupaten Kebumen Tahun 2020*. 27–34.
- Wahyuningtyas, A. T., Wahyudi, A. R., & Suyoko, A. (2024). *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga Analisis Tingkat Pemahaman Wasit dan Juri Pencak Silat Kabupaten Ponorogo Pada Peraturan Terbaru*. 5(1), 15–20.
- Wati Munika Risna & Achmad Rizanul Wahyudi. (2020). Tingkat Pemahaman Atlet Pencak Silat Tentang Peraturan Pertandingan Kategori Tanding (Studi Pada Atlet Pencak Silat Kategori Tanding PPLP Jawa Timur). *jurnal prestasi olahraga*, 3(2).
- Wibowo, P., & Za, N. (2025). *Silat Perisai Diri sebagai Upaya Penguatan Karakter dan Kesehatan Masyarakat*. 4(1), 295–301.