

## ANALISIS TEKNIK DASAR PUKULAN DEPAN PADA PENCAK SILAT PSHT RANTING LUBUKLINGGAU BARAT 1

Deni Pernando<sup>1</sup>, Muhammad Supriyadi<sup>2</sup>, Wawan Syafutra<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas PGRI Silampari, Sumatera Selatan, Indonesia

\* Corresponding Author: [Denipernando14@gmail.com](mailto:Denipernando14@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kualitas keterampilan teknik dasar pukulan depan pada pencak silat PSHT Ranting Lubuklinggau Barat 1. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Subjek Penelitian ini adalah atlet pencak silat yang terdiri dari 12 atlet 4 putri dan 8 putra. Teknik pengumpulan data menggunakan triangulasi teknik melalui observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian adalah deskriptif hasil wawancara dan skor dari pengamatan. Hasil dari analisis data pada wawancara pelatih dan atlet pencak silat PSHT ranting Lubuklinggau Barat 1 menunjukkan : pengetahuan keterampilan teknik dasar pukulan depan pada pencak silat sudah sesuai dengan sumber yang ada dalam kajian teori dan hasil keterampilan pukulan depan mendapatkan rata-rata baik sekali; keterampilan pukulan depan kategori baik sekali. kesimpulan dari penelitian ini diperoleh nilai rata-rata pada teknik pukulan depan yang di tes tersebut telah dilakukan oleh atlet pencak silat PSHT Ranting Lubuklinggau Barat 1 masuk dalam kategori baik sekali.

Kata Kunci : Pencak Silat, Teknik Dasar, Pukulan Depan

### Abstract

*This research aims to determine the quality of basic front punch technique skills in pencak silat PSHT Ranting Lubuklinggau Barat 1. The method used in this research is a survey with a qualitative descriptive approach. The subjects of this research were pencak silat athletes consisting of 12 athletes, 4 women and 8 men. Data collection techniques used triangulation techniques through observation and interviews. The data analysis technique used to describe the research results is descriptive interview results and scores from observations. The results of data analysis in interviews with coaches and pencak silat athletes PSHT West Lubuklinggau branch 1 show: knowledge of basic front punch technique skills in pencak silat is in accordance with existing sources in theoretical studies and the results of front punch skills are very good on average; very good front punch skills. The conclusion of this research is that the average score for the front blow technique that was tested by PSHT Ranting Lubuklinggau Barat 1 pencak silat athletes is in the very good category.*

**Keywords :** Pencak Silat, Basic Techniques, Front Strikes

## PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan cabang olahraga beladiri asli Indonesia. Menurut Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia (IPSI) pada tahun 1975 (dalam Lubis johansyah, 2014:32) mendefinisikan bahwa pencak silat adalah hasil suatu budaya manusia Indonesia untuk membela diri, mempertahankan eksistensi dan integritasnya terhadap lingkungan hidup untuk mencapai keselarasan atau keseimbangan hidup untuk meningkatkan iman dan taqwa pada Tuhan Yang Maha Esa.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pencak silat yaitu permainan keahlian dalam mempertahankan diri dengan keahlian menangkis, menyerang serta membela diri dengan menggunakan atau tanpa senjata. IPSI sendiri didirikan pada tahun 1948 tepatnya pada 18 Mei di Surakarta oleh Mr. K.R.M.T, Wongsonegoro, Gubernur Jawa Tengah. Dan Soeratno Sastroamidjojo, sekretaris pusat kebudayaan kedu.

Teknik dalam pencak silat terbagi menjadi 7 dengan fungsi yang berbeda seperti kuda-kuda, sikap pasang, pola langkah, belaan, hindaran, serangan dan tangkapan. Dalam teknik pukulan depan merupakan serangan yang menggunakan lengan dengan posisi tangan mengepal, lintasannya lurus kedepan dengan titik sasaran atas, tengah dan bawah (Lubis Johansyah, 2014 :32)

Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) merupakan organisasi besar yang didirikan pada tahun 1922 dan didirikan oleh Ki Hajar Harjo Oetomo di Madiun Jawa Timur. PSHT tersebar diseluruh penjuru nusantara bahkan luar negeri. Masyarakat di Madiun beranggapan bahwa mengikuti perguruan seni bela diri akan menambah kepercayaan diri dan pergaulan sosial antar masyarakat lain. SH Terate termasuk salah satu 10 perguruan pencak silat yang turut mendirikan Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) pada kongres pencak silat pada tanggal 28 Mei 1948 di Surakarta.

Pencak Silat Ranting Lubuklinggau Barat 1 didirikan pada 26 Desember 2011 sampai sekarang oleh Mas Kurnianto dan Mas Keling. Dulunya hanya mempunyai beberapa siswa saja, akan tetapi dengan berjalannya waktu pencak silat PSHT ini sudah menyebar diseluruh kota Lubuklinggau dan sekarang sudah mempunyai ranting dan rayon masing-masing disetiap kecamatan. PSHT di Lubuklinggau berkembang dengan pesat dikarenakan dalam pelajaran PSHT mengajarkan berbudi pekerti luhur, menanamkan sifat toleransi, gotong royong, serta berjiwa ksatria.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada tanggal 17 Mei 2023 bersama Mas Kurnianto dan Mas Raju selaku pelatih. Dari beliau dan siswa yang berlatih diperoleh informasi bahwa mereka memiliki 11 siswa dengan tingkatan yang berbeda 8 siswa dapat melakukan teknik pukulan depan dengan baik sedangkan untuk 3 siswa yang kecil atas nama Fadhil, Denis dan Kahfi blum baik dipengaruhi oleh faktor usia dan daya tangkap siswa yang kurang. Pada setiap minggu dilakukan latihan rutin sebanyak 3 kali dalam 1 minggu selepas sholat isya.

Berdasarkan observasi tersebut penulis dapat menyimpulkan bahwa keterampilan pukulan yang dimiliki oleh pesilat ranting kodim baik pada 8 siswa yang besar sedangkan 3 siswa yang kecil belum baik dalam melakukan teknik pukulan depan baik dari kuda-kuda dan teknik pukulan yang belum baik dipengaruhi oleh faktor usia dan daya tangkap siswa yang kecil. Dilihat dari permasalahan di atas peneliti memerlukan data ilmiah untuk mendapatkan kepastian Dengan Mewawancarai Secara Langsung. Dari permasalahan diatas maka penulis termotivasi untuk menganalisis pukulan depan dengan judul "Analisis Teknik Dasar Pukulan Depan Pada Pencak Silat PSHT Ranting Lubuklinggau Barat 1" dengan sampel 8 siswa yang besar dan 3 siswa yang kecil belum baik dalam melakukan teknik pukulan depan dan 1 pelatih maka seluruh sampelnya berjumlah 12 orang.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey. Sugiyono (2018:12) menyatakan bahwa metode survey digunakan untuk mendapatkan data dari

tempat tertentu yang alamiah (bukan buatan). Peneliti melakukan perlakuan dalam pengumpulan data, misalnya dengan mengedarkan kuesioner, angket, dan wawancara.

Menurut Rusdi & Aziz, (2020:123) menyatakan bahwa metode survey adalah teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket. Menurut Arikunto (Purnomo, 2017:1003), metode survey merupakan penelitian yang bisa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Menurut Retno & Amaliya, (2016:21) menyatakan metode survey yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk memperoleh fakta-fakta dari gejala-gejala yang ada dan mencari keterangan-keterangan secara faktual. Menurut Arikunto (Marlianto, dkk, 2018:181) "penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal yang sudah disebutkan yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian". Jenis pendekatan Penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan metode survey.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian yang telah dilakukan selama dilapangan peneliti mendapatkan temuan informasi mengenai data para sumber data yang peneliti perlukan. Berdasarkan permasalahan dan tujuan peneliti yang dibahas atau ditemukan pada bab I, yaitu peneliti mendeskripsikan teknik dasar pukulan depan pada pencak silat PSHT Rayon Kodim 0406 Lubuklinggau Barat I. Peneliti telah memperoleh dan mengumpulkan data dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi, maka diperlukan data diri informan yang dibutuhkan oleh peneliti.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian ini telah diperoleh dari observasi pengamatan, wawancara, dan dokumentasi yang telah direduksi dan didisplay yang berdasarkan pembahasan yang dilaksanakan oleh penulis penelitian ini, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa keterampilan teknik dasar Pukulan Depan Pada pencak silat PSHT Rayon Kodim 0406 Kota Lubukliggau, dilihat dari aspek pengamatan gerak yang berdasarkan keterampilan siswa itu sendiri, bahwa rata-rata teknik dasar Atlet PSHT Rayon Kodim 0406 dapat dikatakan Baik dan Sesuai dalam kajian teori. Dari jenis Pukulan diperoleh data kesimpulan khusus pada penelitian ini yaitu: Keterampilan Teknik Dasar Pukulan Depan

Hasil rata-rata dari jumlah 12 atlet PSHT Rayon Kodim 0406, dengan teknik dasar Pukulan Depan semuanya bisa melakukan dengan benar untuk pukulan tangan kanan sedangkan pukulan tangan kiri ada beberapa siswa khususnya yang kecil belum benar pada pukulan tangan kirinya kurang bertenaga.

## **SARAN**

Dari hasil penelitian di atas, maka dari itu peneliti memberikan sedikit rekomendasi yaitu:

### **1. Bagi Universitas PGRI Silampari**

Dapat menambah pengetahuan dan memperluas wawasan mahasiswa Universitas PGRI Silampari terkait dasar pencak silat khususnya teknik keterampilan teknik dasar Pukulan Depan.

2. Bagi Pelatih

Sebagai bahan evaluasi untuk mengetahui kualitas atlet.

3. Bagi peneliti

Dapat dijadikan sarana untuk mengembangkan dibidang keterampilan teknik dasar atlet.

4. Bagi Pembaca

Sebagai untuk menambah pengetahuan dibidang pencak silat terskhususnya pada keterampilan teknik dasar Pukulan Depan .

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman, R. M., Simanjuntak, V. G., Purnomo, E., & Tanjungpura, U. (2014). *Keterampilan Gerak Dasar Tendangan Sabit Di Perguruan Pencak Silat Kijang Berantai Kota Pontianak*. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(6), 1-10.
- Agus mulyana. *Pencak Silat PSHT Sejarah dan, Filosofi, Adat Istiadat*
- Bahrul ulum Muhammad (2021). *Kemampuan Pukulan depan pada mahasiswa pencak silat UNS Candra Juli* (2021). *Pencak Silat*
- Dailami, M., Jatmiko, T., & Surabaya, U. negeri. (2018). *ANALISIS STATISTIK TEKNIK TENDANGAN KATEGORI TANDING KELAS D PUTRA MAHASISWA PADA KEJUARAAN PENCAK SILAT SE-JAWA TIMUR OPEN PIALA REKTOR UNESA KE 1 2018*. *Fakultas Ilmu Keolahragaan*, 6(1), 1-8. <http://journals.sagepub.com>
- Dr.KH.Djoko Hartono, Sunar Dwigdjowahono 2021. *Pendidikan Kerohanian PSHT*
- Diono, N. F., & Jatmiko, Tuter, universitas negeri surabaya. (2021). *STATUS KETERAMPILAN TEHNIK TENDANGAN ATLET PENCAK SILAT PUTRA IPSI BANYUWANGI*. *Fakultas Ilmu Keolahragaan*, 133-142.
- Guntur Sutopo, W., & Misno, U. M. N. U. (2021). *Analisis Kecepatan Tendangan Sabit Pada Pesilat Remaja Perguruan Pencak Silat Tri Guna Sakti Di Kabupaten Kebumen Tahun 2020*. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 1(01), 27-34. <https://doi.org/10.53863/mor.v1i01.131>
- Iwan setiadi, sapta kunta, fadilah umar (2022). *Analisis penerapan teknik pukulan pada cabang pencak silat kategori tanding kelas B pekan olahraga nasional di papua tahun 2021*
- Khalil, M., & Hamdani, U. negeri surabaya. (2019). *Pengaruh Modifikasi Media Kardus Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Tendangan T Pencak Silat*. *Pendidikan Pendidikan Jasmani*, 07(03), 61-65.
- Kriswanto, erwin setyo. (2015). *PENCAK SILAT*. PUSTAKA BARU PRESS.
- Kriswanto Setyo Erwin (2015). *Pencak Silat Sejarah dan Perkembangan Pencak Silat Teknik-Teknik dalam Pencak Siat Pengetahuan Dasar Pertandingan Pencak Silat*
- Kurniawan, Candra, U. negeri padang. (2022). *Analisis Kemampuan Teknik Dasar Tendangan Atlet Perguruan Pencak Silat Persinas Asat Kabupaten Dharmasraya*. *Fakultas Ilmu Keolahragaan*, 5(12), 46-52.
- Manurung & Hariani, S (2015). *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keefektifan Belajar Matematika Siswa Mts Negeri Rantau Prapat*
- Marlianto, F. dkk. (2018). *Analisis Tendangan Sabit Pada Perguruan Pencak Silat Tapak Suci Di Kota Bengkulu*. *Universitas Bengkulu. Kinestetik*, 2(2), 179-185. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.8740>
- Martopo, U. N. Y. (2016). *Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat Smk*. *Universitas Negeri Yogyakarta. Fakultas Ilmu Keolahragaan*.

- Nugraha, eko bima. (2014). *ANALISIS KECEPATAN TENDANGAN PENCAK SILAT PADA PESILAT UNIT KEGIATAN MAHASISWA UNIVERSITAS MULAWARMAN*. Universitas Mulawarman. Fakultas Ilmu Keolahragaan, 544-553.
- Pelajaran 2013/2014*. Mts Negeri Rantau Prapat. EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial, 1(01), 1-16.
- Pratama, S. D. A. & Candra, A. R. D. (2021). *Analisis Gerak Tendangan T Pencak Silat Pada Atlet Perguruan Tapak Suci Mijen Semarang*. Universitas Negeri Semarang. Journal Of Sport Science, 5(2), 92-100. <https://journal.unnes.ac.id>
- Purnomo, E. (2015). *Hambatan Perguruan Pencak Silat Tapak Suci Putera Muhammadiyah Provinsi Kalimantan Barat Dalam Meraih Prestasi*. Jurnal Ilmiah Mitra Swara Ganesha, 7(9), 27-44.
- Rahmawati, L., Rahmat, Z., Irfandi, & Getsempena. (2022). *EVALUASI TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PENCAK SILAT PADA ATLET PENCAK SILAT PERGURUAN KUNTAU ACEH BESAR*. Universitas Bina Bangsa. Fakultas Ilmu Keolahragaan, 3(2).
- Reza yolanda,Rika Sepriani,Sri Gusti Handayani (2020).*Hubungan Daya Tahan Otot Lengan dengan kemampuan pukulan Lurus Pencak Silat Di Perguruan Sakato Semen Padamg*
- Risa Billah, T., & Awang Irawan, F.,. (2022). *TENDANGAN KUDA ATLET KATEGORI SENI TUNGGAL PENCAK SILAT: ANALISIS BIOMEKANIKA HORSE KICK ATHLETES SINGLE ART CATEGORY PENCAK SILAT: BIOMECHANIC ANALYSIS*. Universitas Negeri Semarang. Fakultas Ilmu Keolahragaan.4.2.143-153
- Setiadi Iwan,dkk.(2022) *Analisa Penerapan Teknik Pukulan Pada Pencak Silat Kategori Tanding Kelas B Pekan Olahraga Nasional di Papua Tahun 2021*.Prosiding Seminar Kesehatan Nasional Sexophone,vol 2 Nomor 84-90
- Setyoko, Y dkk (2022). *Analisis Statistik Teknik Serangan Dominan dalam Pertandingan Pencak Silat Mat B-Belgian Open 2019*. Universitas PGRI Banyuwangi.JurnalIlmu Olahraga, 3(2).
- Tofikin, & Sinurat, R. (2020). *ZIG-ZAG RUN: METODE LATIHAN KELINCAHAN TENDANGAN SABIT PENCAK SILAT*. Universitas Pasir Pangarian. Jurnal Sport Area, 5, 177-185.
- Wardoyo, H. & Fitranto, D. N. (2020). *Kemampuan Teknik Guntingan Kategori Tanding Atlet Pencak Silat DKI Jakarta Pada Kualifikasi Pra PON 2020*. Universitas Negeri Jakarta. Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education, 5, 55-62.
- Warto. (2014). *Etnografi*. Penelitian Budaya Etnik, Universitas Sebelas Maret. XIV.