

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Pengurus Besar Ikatan Pencak Silat Indonesia (2025), pencak silat merupakan warisan budaya bangsa Indonesia yang sarat dengan nilai seni, spiritualitas, dan bela diri, keunikan inilah yang menjadikan pencak silat tidak hanya sebagai cabang olahraga, tetapi juga sebagai identitas budaya yang diwariskan secara turun-temurun. Pada tahun 2019, pencak silat resmi diakui UNESCO sebagai warisan budaya non benda di dunia, yang menegaskan bahwa pencak silat memiliki nilai universal dalam pembentukan karakter, kedisiplinan, serta keharmonisan antara manusia dan lingkungannya. Pengakuan tersebut mendorong berbagai pihak untuk terus mengembangkan pencak silat tidak hanya sebagai tradisi, tetapi juga sebagai olahraga prestasi yang memiliki nilai kompetitif tinggi di tingkat nasional maupun internasional (Sasmita, 2023).

Dalam olahraga prestasi, pencak silat terbagi menjadi beberapa kategori pertandingan, salah satunya yaitu kategori Jurus tunggal bebas. Kategori ini menuntut pesilat untuk mengombinasikan penguasaan teknik baku, kreativitas gerak, dan penggunaan senjata agar menghasilkan penampilan yang artistik, dinamis, serta orisinal (Pengurus Besar Ikatan Pencak Silat Indonesia, 2025). Unsur estetika menjadi aspek penting dalam kategori Jurus tunggal bebas, karena penilaian tidak hanya berfokus pada ketepatan teknik tetapi juga pada ekspresi dan transisi gerak dalam setiap penampilan. Oleh karena itu, Jurus tunggal bebas dapat

dipandang sebagai bentuk seni pertunjukan bela diri yang menggabungkan unsur keindahan, kekuatan, dan makna.

Didalam jurus Tunggal bebas ini pesilat dapat menggunakan 15 (lima belas) senjata Nusantara dan mereka dapat memilih senjata yang akan digunakannya. Adapun senjata beserta ukuran yang harus disesuaikan dalam IPSI tunggal bebas yaitu diantaranya celurit dengan panjang antara 30 - 40 cm, keris tidak termasuk pegangan dengan panjang bilah antara 30 - 40 cm, pecut, pisau belati dengan panjang antara 15 - 20 cm, trisula dengan panjang antara 30 - 40 cm, kerambit, kipas, kujang, parang panjang yang panjangnya tidak boleh lebih dari 60 cm, badik, belati, sewar, lading, sikin dan rencong. Senjata Nusantara di atas yang dipertandingkan maksimal 5 (lima) pilihan senjata Nusantara, tidak ada untuk minimum penggunaan senjatanya (Pengurus Besar Ikatan Pencak Silat Indonesia, 2025). Peneliti hanya menggunakan 2 (dua) pilihan senjata Nusantara yaitu celurit dan kipas karena keduanya termasuk senjata resmi yang digunakan dalam jurus Tunggal Bebas IPSI.

Namun, nomor Jurus Tunggal Bebas merupakan salah satu nomor pertandingan pencak silat yang relatif baru sehingga pembinaannya, khususnya pada kategori remaja, masih belum dilakukan secara optimal dan sistematis. Padahal, masa remaja merupakan fase yang sangat efektif dalam pembentukan keterampilan gerak, koordinasi, serta penguasaan teknik yang menjadi dasar bagi peningkatan prestasi pada jenjang berikutnya. Namun demikian, hingga saat ini belum tersedia buku pedoman atau model latihan yang disusun secara terstruktur khusus untuk melatih keterampilan senjata kipas dan celurit pada jurus tunggal

bebas. Kondisi tersebut menyebabkan pelatih lebih banyak mengandalkan pengalaman dan kreativitas masing-masing dalam menyusun materi latihan sehingga variasi latihan yang diberikan masih terbatas, tidak memiliki tahapan latihan yang jelas. Oleh karena itu, pengembangan model latihan keterampilan senjata kipas dan celurit yang sistematis dan dijadikan sebagai pedoman menjadi penting untuk dilakukan agar proses pembinaan dapat dimulai sejak masa remaja, sehingga ketika pesilat memasuki kategori dewasa telah memiliki penguasaan teknik yang lebih matang, variasi gerakan yang lebih beragam, serta kesiapan yang lebih baik untuk mengikuti kompetisi jurus tunggal bebas.

Adapun kedua senjata yang dipilih dalam penelitian ini, yaitu celurit dan kipas, kedua senjata ini memiliki karakteristik teknik dan pola gerak yang berbeda sehingga memerlukan pendekatan latihan yang disesuaikan dengan karakteristik masing-masing senjata. Celurit memiliki karakteristik gerakan melengkung, putaran pergelangan, serta kontrol ayunan yang membutuhkan ketepatan dan kestabilan. Sementara itu, kipas menuntut keluwesan, koordinasi, serta teknik buka-tutup yang presisi. Kedua senjata ini sesuai dengan kemampuan fisik dan motorik remaja, sekaligus memberikan tantangan yang dapat meningkatkan keterampilan mereka secara bertahap. Di antara lima belas senjata yang diperbolehkan IPSI, celurit dan kipas juga lebih aman, mudah disesuaikan ukurannya, dan mudah disediakan sehingga realistis digunakan dalam latihan rutin. Dengan membatasi fokus pada dua senjata tersebut, latihan dapat diberikan secara lebih terarah, efektif, dan mudah diaplikasikan oleh pelatih tanpa mengabaikan standar jurus Tunggal Bebas.

Upaya pengembangan model latihan dalam pencak silat telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, meskipun sebagian besar masih berfokus pada gerak dasar dan belum menyentuh aspek senjata. Misalnya, penelitian Widiastuti & Fhitriani (2020) mengembangkan model latihan teknik dasar pencak silat melalui pendekatan *Research & Development* (R&D). Penelitian tersebut menghasilkan variasi model latihan yang disusun secara sistematis mulai dari tahap dasar hingga lanjutan sesuai karakteristik gerak dalam pencak silat.

Meskipun celurit dan kipas termasuk dalam senjata resmi yang digunakan pada kategori Jurus Tunggal Bebas, hasil observasi awal menunjukkan adanya beberapa kendala dalam pelatihan senjata pada pesilat remaja. Model latihan yang diberikan masih bersifat konvensional dan cenderung berfokus pada pengulangan jurus secara keseluruhan tanpa adanya tahapan latihan yang sistematis. Selain itu, variasi latihan keterampilan senjata kipas dan celurit masih kurang sehingga latihan menjadi monoton dan kurang menarik bagi atlet. Kondisi tersebut menyebabkan penguasaan tahap dasar, tahap lanjutan, serta kombinasi gerakan senjata belum berkembang secara optimal. Selain itu, belum tersedianya panduan latihan yang terstruktur membuat pelatih kesulitan dalam memberikan latihan yang sesuai dengan karakteristik atlet remaja.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan penelitian untuk “Pengembangan Model Latihan Keterampilan Senjata (Kipas dan Celurit) pada Jurus Tunggal Bebas Pencak Silat untuk Usia Remaja”. Model latihan yang dikembangkan diharapkan dapat membantu pelatih dan atlet dalam menyusun latihan keterampilan senjata yang lebih variatif, sistematis, dan sesuai dengan

karakteristik jurus tunggal bebas yang menuntut kreativitas dan variasi gerak dalam penggunaan senjata kipas dan celurit.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini difokuskan pada pengembangan “Pengembangan Model Latihan Keterampilan Senjata (Kipas dan Celurit) pada kategori jurus tunggal bebas pencak silat usia remaja”. Model latihan yang dikembangkan berupa variasi latihan keterampilan senjata yang disusun secara bertahap dan sistematis, mulai dari tahap dasar, tahap lanjutan, hingga tahap kombinasi gerakan. Kelayakan model ditentukan berdasarkan hasil validasi ahli.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengembangan model latihan keterampilan senjata (kipas dan celurit) pada kategori jurus tunggal bebas pencak silat usia remaja yang layak berdasarkan validasi para ahli?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini berdasarkan rumusan masalah di atas antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kepelatihan olahraga dan pencak silat. Hasil penelitian ini dapat memperkaya kajian mengenai pengembangan model latihan keterampilan senjata pada kategori jurus tunggal bebas, khususnya penggunaan senjata kipas dan celurit. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah dalam penyusunan model latihan keterampilan senjata yang sistematis dan bertahap serta menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya dalam bidang kepelatihan pencak silat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Atlet

Hasil penelitian ini dapat memberikan alternatif variasi latihan keterampilan senjata kipas dan celurit yang disusun secara bertahap sehingga dapat digunakan sebagai referensi dalam mempelajari variasi gerakan pada jurus tunggal bebas.

b. Bagi Pelatih

Hasil penelitian ini dapat memberikan referensi berupa buku pedoman model latihan yang tersusun secara sistematis dan bertahap sehingga dapat membantu pelatih dalam memberikan materi latihan keterampilan senjata kipas dan celurit pada jurus tunggal bebas pencak silat.

c. Bagi Organisasi Pencak Silat

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi perguruan atau organisasi pencak silat dalam mengembangkan variasi latihan keterampilan senjata pada kategori jurus tunggal bebas.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi acuan dan dasar pengembangan penelitian lanjutan terkait model latihan keterampilan senjata, variasi latihan pencak silat, maupun pengembangan metode latihan lainnya.

