

PENINGKATAN PEMAHAMAN GERAK SENI JURUS TUNGGAL PADA KELOMPOK KERJA GURU OLAHRAGA (KKGO) SE KECAMATAN RENGATBARAT KABUPATEN INDRA GIRI HULU

Kamarudin¹, Yahyar Erawati², Zulrafi³, Raihan Akbar Fajar⁴, Muhammad Andrian⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Islam Riau

Email: kamarudin@edu.uir.ac.id¹

Abstrak

Pencak silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina, dan di kembangkan. Pencak silat merupakan gerak beladiri yang bertujuan untuk menjaga diri dari hal-hal yang membahayakan dan dapat mengancam keselamatan. Pencak silat juga berfungsi sebagai seni pertunjukan, sebagai olahraga untuk kesegaran jasmani, pertandingan dan prestasi dan pengendalian diri, yaitu pembentukan kepribadian, akhlak, berbudi pekerti, beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Olahraga pencak silat juga masuk dalam kurikulum pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan disekolah sekolah. Pencak silat merupakan olahraga olahraga yang dipertandingkan di tingkat Nasional mau pun Internasional. Salah satu katagori yang dipertandingkan dalam kejuaraan pencak adalah katagori seni jurus tunggal. Jurus tunggal adalah pertandingan pencak silat yang menampilkan seorang pesilat memperagakan kemahiran dalam jurus baku tunggal secara benar, tepat dan mantap serta penuh penjiwaan dengan tangan kosong dan bersenjata. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu untuk meningkatkan pemahaman gerak seni jurus tunggal pada kelompok kerja guru olahraga se kecamatan rengat barat Kabupaten Indra Giru Hulu. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini konvensional yaitu paparan materi, diskusi dan latihan.

Kata kunci. Peningkatan Pemahaman, Seni Jurus Tunggal, Pencak Silat

Abstract

Pencak silat is a martial arts system inherited by ancestors as the culture of the Indonesian nation so that it needs to be preserved, fostered, and developed. Martial arts is a martial arts movement that aims to protect yourself from things that are harmful and can threaten safety. Pencak silat also serves as a performing art, as a sport for physical freshness, matches and achievements and self-control, that is, the formation of personality, morals, character, faith and piety to God Almighty. The sport of martial arts is also included in the curriculum for learning physical education and health in schools. Pencak silat is a sports sport that is competed at the national and international levels. One of the categories competed in the pencak championship is the singles technique category. A single move is a martial arts match that features a martial artist demonstrating proficiency in a single standard move correctly, precisely and steadily and soulfully with his bare hands and armed. The purpose of this community service activity is to increase understanding of the movement of single moves in the working group of sports teachers in the west rengat district of Indra Giru Hulu Regency. The methods used in this service activity are conventional, namely material exposure, discussion and exercise.

Keywords. Improved Comprehension, Single Skill Art, Pencak Silat

PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina, dan di kembangkan. Pencak silat merupakan gerak beladiri yang bertujuan untuk menjaga diri dari hal-hal yang dapat

membahayakan serta mengancam keselamatan diri seseorang. Pencak silat pada hakekatnya adalah subrtasi dan sarana pendidikan mental spiritual dan pendidikan jasmani untuk membentuk manusia yang mampu menghayati dan mengamalkan ajaran falsafah budi pekerti luhur. sebagai satu-satunya olahraga yang mengandung nilai seni dan berasal dari budaya asli bangsa Indonesia, sehingga pencak silat perlu dilestarikan dengan cara diajarkan di sekolah-sekolah sejak dari sekolah dasar. Karena itu, pencak silat dianggap perlu termuat dalam kurikulum pendidikan atau sebagai muatan local. Hal ini dilakukan selain untuk meningkatkan prestasi juga mempertahankan nilai budaya. Pencak silat sebagai bagian dari kebudayaan bangsa Indonesia berkembang sejalan dengan sejarah masyarakat Indonesia dengan aneka ragam situasi geografis dan etnologis serta perkembangan zaman yang dialami oleh bangsa Indonesia, pencak silat dibentuk oleh situasi dan kondisinya, kini pencak silat nasional dikenal dengan wujud dan corak yang beraneka ragam, namun mempunyai aspek-aspek yang sama. Terdapat 4 aspek utama dalam pencak silat, yaitu: Aspek Mental Spiritual: Pencak silat membangun dan mengembangkan kepribadian serta karakter mulia seseorang. Para pendekar dan maha guru pencak silat zaman dahulu seringkali harus melewati tahapan semadi, tapa, atau aspek kebatinan lain untuk mencapai tingkat tertinggi keilmuannya. Aspek Seni Budaya: Budaya dan permainan “seni” pencak silat ialah salah satu aspek yang sangat penting. Istilah Pencak pada umumnya menggambarkan bentuk seni tarian pencak silat yang diiringi dentuman suara musik dan busana tradisional. Aspek Bela Diri: Kepercayaan dan ketekunan diri ialah sangat penting dalam menguasai ilmu bela diri dalam pencak silat. Istilah silat, cenderung menekankan pada aspek kemampu-an teknis bela diri pencak silat. Aspek Olahraga: hal ini berarti aspek fisik dalam pencak silat sangatlah penting. Pesilat mencoba menyesuaikan pikiran dengan olah tubuh. Sebagai kompetisi dari bagian aspek olahraga ini meliputi pertandingan dan demonstrasi bentuk- bentuk jurus, baik untuk tunggal, ganda atau regu. Salah satu katagori yang dipertandingan pencak silat adalah jurus tunggal.

Kategori tunggal adalah kategori pertandingan Pencak Silat yang menampilkan seorang pesilat memperagakan kemahirannya dalam jurus baku tunggal secara benar, tepat, mantap, dan penuh penjiwaan dengan tangan kosong dan bersenjata (Lubis, 2004:41). Sedangkan yang membedakan antara kategori tunggal, ganda dan regu yaitu pada jumlah peserta. Sementara itu, di dalam jurus tunggal, jurus baku itu terdiri dari 7 jurus tangan kosong, 3 jurus senjata golok, dan 4 jurus senjata tongkat, dengan waktu penampilan 3 menit.

Tujuan dibentuknya atau dipertandingkannya jurus tunggal selain menstandarisasi gerak teknik dasar dan jurus adalah mengacu pada keinginan untuk menampilkan sebanyak mungkin nilai budaya yang menjadi kekayaan Pencak Silat seperti jurus bela diri dan keterkaitannya dengan budaya lain. Jurus tunggal terdiri dari tangan kosong, senjata (golok dan tongkat) akan tetapi dalam pengabdian ini difokuskan pada penguasaan jurus tunggal senjata golok.

METODE PELAKSANAAN

Adapun metode kegiatan dalam rangka meningkatkan kemampuan penguasaan pemahaman gerak jurus tunggal IPSI pada kelompok kerja guru olahraga (KKGO) se Kecamatan Rengat Barat Kabupaten Indra Giri Hulu yang diterapkan dalam kegiatan ini, tidak lepas dari penerapan IPTEK, dengan pendekatan penelitian penelitian kaji tindak (*action research*). Pelaksanaan pengabdian sosialisasi tentang peningkatan pemahaman pelaksanaan jurus tunggal IPSI ini melalui beberapa tahapan sebagai berikut: 1. Melakukan survei untuk mengidentifikasi kondisi lingkungan secara rinci, terutama kesesuaian untuk penerapan IPTEK tentang sosialisasi Jurus Tunggal IPSI. 2. Merencanakan tempat kegiatan sosialisasi. 3. Membentuk kelompok peserta sosialisasi. 4. Mengevaluasi hasil sosialisasi Jurus Tunggal IPSI. Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kecamatan Rengat Barat Kabupaten Indra Giri Hulu, yang dilaksanakan pada hari minggu tanggal 04 september 2022.

Metode Pelaksanaan

a. Metode Ceramah

Metode ini dilakukan pada saat tim memberikan penjelasan tentang peningkatan pemahaman gerak seni jurus tunggal pada kelompok kerja guru olahraga (KKGO) Se_Kecamatan Rengat Barat Kabupaten Indra Giri Hulu.

b. Metode Tanya Jawab

Metode ini sangat penting untuk menerima umpan balik antara tim instruktur dengan peserta guru – guru olahraga tentang gerak seni jurus tunggal IPSI.

HASIL DAN PEMBAHASAN PELAKSANAAN

Berdasarkan hasil survei dan konsultasi dengan pihak di kelompok kerja guru olahraga (KKGO) Se_Kecamatan Rengat Barat Kabupaten Indra Giri Hulu maka pada bulan september tahun

2022, kegiatan sosialisasi Jurus Tunggal IPSI secara teori dan praktek mulai dilaksanakan. Selanjutnya, berdasarkan hasil koordinasi dengan pihak terkait maka pada saat pelaksanaan kegiatan sosialisasi pengabdian masyarakat di ikuti oleh 25 orang guru SD-SMA yang tersebar di Kecamatan Rengat Barat Kabupaten Indra Giri Hulu. Pada tahap awal, peserta diberi pemahaman konseptual terkait dengan pencak silat secara umum dan kemudian Jurus Tunggal IPSI secara khusus. Selanjutnya, pada tahap kedua peserta sosialisasi mulai melakukan praktek dalam pelaksanaan sosialisasi Jurus Tunggal IPSI. Pada kegiatan ini instruktur memberikan contoh dan mempraktekkan secara bersama-sama Jurus Tunggal IPSI. Hasil evaluasi yang telah dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan program kegiatan PPM ini, dapat dijabarkan sebagai berikut: a. Pengetahuan dan pemahaman peserta sosialisasi tentang pelaksanaan Jurus Tunggal IPSI dalam hal meningkatkan kemampuan penguasaan rangkaian Jurus Tunggal IPSI, di ukur dengan melihat kebenaran setiap gerakan. Sementara itu evaluasi pada akhir kegiatan dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan dari semua penanganan kegiatan, dengan cara praktek dengan berbagai macam materi sosialisasi. b. Berdasarkan hasil tes, dapat diidentifikasi bahwa terdapat 75% dari seluruh peserta sosialisasi mencapai taraf peningkatan yang signifikan. c. Terdapat beberapa gerakan dalam jurus tunggal IPSI yang kurang sempurna pada saat pelaksanaan sosialisasi dilakukan. Ini mengindikasikan bahwa gerakan tersebut kurang terserap oleh peserta sosialisasi. Materi sosialisasi yang kurang terserap oleh peserta adalah gerakan-gerakan yang agak sulit dilakukan. Namun hasil yang dicapai ini telah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan sebelumnya. d. Kemampuan peserta melakukan Jurus Tunggal IPSI mengalami peningkatan yang signifikan. Dan setelah pelaksanaan sosialisasi ini diharapkan peserta sosialisasi sudah mampu mempragakan Jurus Tunggal IPSI dengan baik dan secara tidak langsung dapat meningkatkan kebugaran jasmani bagi peserta sosialisasi.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan di Kecamatan Rengat Barat Kabupaten Indra Giri Hulu disambut antusias oleh guru – guru Penjas yang termasuk kedalam kelompok kerja guru olahraga se Kecamatan Rengat Barat yang mengikuti sosialisasi Peningkatan pemahaman seni gerak jurus tunggal baku IPSI. Dalam hasil sosialisasi ini menunjukan adanya perbedaan peningkatan Jurus Tunggal IPSI sebelum dilaksanakan

sosialisasi Jurus Tunggal IPSI dan setelah pelaksanaan sosialisasi Jurus Tunggal IPSI.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajid, O. N., Komarudin, K., & Mulyana, M. (2019). Pengaruh Metode PETTLEP dan Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Jurus Tunggal Baku Pencak Silat. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*, 4(2), 107-116.
- Hadimulyo. *Jurus Tunggal IPSI*. Jakarta Tirnur : PB IPSI. 2000.
- Islamiyah, R. (2021). Pengembangan Bahan Ajar Pencak Silat untuk Materi Seni Jurus Tunggal Bagi Ekstrakurikuler. *Sport Science and Health*, 3(1), 1-7.
- Hariyadi, K. *Teknik Dasar Pencak Silat Tanding*, Seni Bela Diri. Jakarta: PT Dian. 2003.
- Hidayatullah, H., Tangkudung, J., & Junaidi, J. MODEL LATIHAN ENDURANCE BERBASIS JURUS TUNGGAL TANGAN KOSONG PENCAK SILAT UNTUK ATLET PEMULA. *JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN*, 19(1), 35-41.
- Irawadi, H. (2019). Penggunaan Media Audio Visual Berpengaruh Terhadap Penguasaan Jurus Tunggal Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 1(2), 725-734.
- JASMANI, P. G. S. D. P. (2019). PENERAPAN MODEL DIRECT INSTRUCTION UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR JURUS TUNGGAL BAKU TANGAN KOSONG DALAM PEMBELAJARAN PENCAK SILAT SKRIPSI.
- Lubis, J. *Pencak Silat (Paduan Praktis) Devisi Buku Olahraga*. Jakarta: Rajawali Sport. 2004.
- Mukholid, A. *Pencak Silat Seni*, Jakarta : PB IPSI. Rakyat. 2004.
- Spyanawati, N. L. P., & Mudariani, N. W. (2015). Pengaruh Metode Pelatihan Terhadap Keterampilan Jurus Tunggal Pencak Silat Pada Atlet Pemula (10-12 Tahun) di Perguruan Bakti Negara Kecamatan Tegallalang Gianyar. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 14(1).