

Pembinaan Prestasi Atlet Pencak Silat Di Perguruan Patbanbu Tunggul Hitam

Indri Widya Putri^{1*}, Jeki Haryanto², Padli³, Juanda Putra⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Padang, Indonesia.

Email Korespondensi: putriindriwidya@gmail.com

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah penurunan prestasi atlet pencak silat Perguruan Patbanbu Tunggul Hitam dari tahun 2023 hingga 2024, meskipun memiliki sejarah panjang dan prestasi sebelumnya seperti 2 emas di Porprov Riau 2023. Pembinaan yang mencakup karakter, keterampilan teknik-taktik, dan peluang kompetisi belum optimal untuk mendukung pengembangan IPSI Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pembinaan prestasi atlet pencak silat di Perguruan Patbanbu Tunggul Hitam dan mengetahui kontribusi prestasinya terhadap pengembangan IPSI Kota Padang. Jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan field research. Penelitian dilaksanakan di Perguruan Patbanbu Tunggul Hitam, Padang, pada Oktober 2025. Informan melibatkan pimpinan perguruan (Pak Uun), pelatih (Fadila Teresa), atlet lama (Ihsan), atlet baru (Fariq), dan orang tua atlet (Buk Suci). Metode pengumpulan data meliputi observasi partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi, dengan analisis data melalui domain, taksonomi, komprehensial, dan tema (Spradley), serta triangulasi untuk keabsahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembinaan prestasi di Patbanbu menekankan budi pekerti (hormat, disiplin, tanggung jawab), dilanjutkan latihan silat olahraga, tradisi, dan seni, dengan strategi berjenjang dari usia dini hingga dewasa melalui O2SN, Porprov, dan Kejurprov. Prestasi mendukung IPSI Padang meski fluktuatif, dengan peluang besar dari regenerasi dan event seperti Kejur Kapolres Sumbar. Namun, diperlukan peningkatan fasilitas, program tertulis, dan eksposur nasional untuk optimalisasi. **Kata kunci:** pembinaan prestasi, atlet pencak silat, patbanbu tunggul hitam

Development of Pencak Silat Athletes' Achievements At Patbanbu Stump Black College

ABSTRACT

The problem in this study is the decline in the achievements of pencak silat athletes from the Patbanbu Tunggul Hitam School from 2023 to 2024, despite having a long history and previous achievements such as 2 gold medals at the 2023 Riau Porprov. Coaching that includes character, technical-tactical skills, and competition opportunities has not been optimal to support the development of IPSI Padang City. This study aims to analyze the achievement coaching of pencak silat athletes at the Patbanbu Tunggul Hitam School and determine the contribution of their achievements to the development of IPSI Padang City. This type of research is descriptive qualitative with a field research approach. The study was conducted at the Patbanbu Tunggul Hitam School, Padang, in October 2025. Informants included the head of the school (Pak Uun), coach (Fadila Teresa), old athletes (Ihsan), new athletes (Fariq), and parents of athletes (Buk Suci). Data collection methods include participant observation, in-depth interviews, and documentation, with data analysis through domains, taxonomy, comprehensiveness, and themes (Spradley), as well as triangulation for validity. The research

results show that achievement development in Patbanbu emphasizes character (respect, discipline, responsibility), followed by training in martial arts, sports, traditions, and arts, with a tiered strategy from early childhood to adulthood through O2SN, Porprov, and Kejurprov. Achievement supports IPSI Padang despite its fluctuating performance, with significant opportunities from regeneration and events such as the West Sumatra Police Chief Kejur. However, improvements in facilities, written programs, and national exposure are needed for optimization.

Keywords: *achievement development, pencak silat athletes, patbanbu stump hitam*

PENDAHULUAN

Pencak silat sebagai warisan budaya Nusantara memiliki dimensi olahraga prestasi sekaligus seni, spiritual, dan bela diri. Pengakuan internasional melalui penetapan “Traditions of Pencak Silat” sebagai Warisan Budaya Takbenda UNESCO pada 12 Desember 2019 menegaskan nilai strategis pencak silat bagi identitas Indonesia dan membuka ruang penguatan pembinaan atlet secara lebih sistematis (UNESCO, 2019). Pengaruh seni, musik pengiring, dan nilai mental–spiritual yang menyatu dalam gerak menjadikan pencak silat berbeda dari cabang olahraga lain dan menuntut model pembinaan yang komprehensif (fisik, teknik, taktik, mental). Pencak silat kini berkembang pesat di tingkat nasional maupun internasional dan semakin diminati, khususnya oleh kalangan pelajar dan mahasiswa (De Putra et al, 2024). Popularitas ini tidak hanya didorong oleh manfaatnya bagi kebugaran fisik, tetapi juga oleh nilai-nilai pendidikan yang terkandung di dalamnya, seperti disiplin, rasa hormat, keberanian, dan ketahanan mental (Nopiyanto, Y. E., Hiasa, F., Ihsan, N., & Putra, J. 2023). Melalui latihan yang terstruktur, pencak silat mampu membentuk karakter sekaligus meningkatkan prestasi, sehingga menjadi pilihan olahraga yang bernilai bagi generasi muda (Nisa, K., Syahfrilina, V. Z., Masnyah, H., Mardiani, D. P., & Susilo, H. 2025).

Pencak silat adalah seni bela diri yang memadukan teknik serangan dan pertahanan dengan mengandalkan kekuatan fisik, kelincahan, dan keterampilan teknik. Lebih dari sekadar olahraga, pencak silat mengandung nilai filosofis dan budaya yang menjunjung tinggi disiplin, kehormatan, dan pengendalian diri (Subekti, N. 2025). Latihan pencak silat tidak hanya mengasah kemampuan bertarung, tetapi juga menumbuhkan keseimbangan antara tubuh dan pikiran, membentuk karakter yang tangguh, serta memupuk rasa percaya diri. Melalui proses latihan yang berkesinambungan, pencak silat menjadi sarana pembinaan fisik, mental, dan moral yang bermanfaat bagi kehidupan sehari-hari (ASHARI, P. D. 2025).

Pencak silat bukan sekadar olahraga bela diri, tetapi juga warisan budaya yang

mengintegrasikan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental. Kajian biomekanika menegaskan bahwa efektivitas teknik, seperti tendangan jejak dan side kick, sangat dipengaruhi oleh kekuatan otot, kecepatan, serta koordinasi gerak, sehingga pelatih perlu menerapkan program latihan berbasis bukti untuk mengoptimalkan performa sekaligus mencegah cedera (Doewes et al., 2022). Di sisi lain, analisis time–motion pada pertandingan pencak silat menunjukkan bahwa pengelolaan intensitas, pemilihan taktik, dan efisiensi serangan–pertahanan menjadi penentu utama kemenangan, sehingga pembinaan prestasi perlu memadukan penguasaan teknik, manajemen energi, serta kesiapan mental atlet (Kurniawan et al., 2021).

Di lingkungan pencak silat sendiri, IPSI sebagai induk organisasi menetapkan program umum yang mencakup akreditasi perguruan, sertifikasi pelatih/wasit–juri, dan standardisasi peralatan, yang semuanya beririsan langsung dengan mutu pembinaan prestasi (Sasmita, K., Barlian, E., & Padli, P. 2023). Pada tingkat internasional, PERSILAT/IPSF didirikan 11 Maret 1980 mendorong kompetisi dan standarisasi global, sehingga pembinaan di tingkat perguruan perlu adaptif terhadap tuntutan kompetitif (aturan, perangkat keselamatan, kalender kejuaraan).

Upaya peningkatan prestasi olahraga harus dilakukan secara berkesinambungan. Pembinaan dimulai dari pencarian dan pemanduan bakat, pembibitan, hingga pelatihan olahraga prestasi yang berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi, disertai peningkatan kualitas organisasi di tingkat pusat maupun daerah (Sukarti, S. E, 2024). Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan Pasal 22 ayat (4), yang menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga dilakukan secara sistematis melalui tahap pengenalan, pemantauan, pemanduan, pengembangan bakat secara berkelanjutan, dan peningkatan prestasi.

Perkembangan prestasi olahraga merupakan hasil akumulasi kualitas fisik, teknik, taktik, dan kematangan psikis atlet yang dibina secara sistematis. Untuk mencapai prestasi optimal, atlet harus melalui tahap pembinaan yang mencakup penguatan aspek fisik—seperti kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelincahan—serta penguasaan aspek teknik dan strategi agar mampu menerapkan taktik yang tepat di arena kompetisi (Dewi, E. M. P. 2018).

Menurut Atmanegara, C. A. (2020) prestasi adalah hasil yang diperoleh

seseorang dari suatu periode ke periode lainnya yang menunjukkan adanya perubahan kearah kemampuan. Menurut Ruslani (2012: online) pengertian prestasi adalah tentang sesuatu atau banyak hal yang telah diraih. Prestasi ini biasanya telah melewati banyak proses dan tindakan. Untuk mencapai prestasi atlet secara maksimal diperlukan pembinaan yang terprogram, terarah dan berkesinambungan serta didukung dengan penunjang yang memadai.

Untuk tampil optimal, atlet juga memerlukan latihan yang intensif dan konsisten, yang terkadang bisa membosankan. Hal ini dapat menyebabkan kinerja yang buruk dan harus dicegah dengan perencanaan dan pelaksanaan pelatihan yang bervariasi (Brenner, J. S. 2016). Mencapai peningkatan kinerja membutuhkan lebih dari sekadar pelatihan intensif. Peningkatan kinerja hanya dapat dicapai jika pelatihan tidak hanya intensif tetapi juga berkualitas tinggi dan pada tingkat tinggi (Qutrotunaini et al, 2022). Upaya untuk meraih prestasi perlu perencanaan yang sistematis dilaksanakan secara bertahap dan berkesinambungan, mulai dari permasalahan pembibitan dan pembinaan hingga mencapai puncak prestasi (Sulfa et al, 2024).

Sumatera Barat merupakan salah satu Provinsi di Indonesia yang sangat peduli terhadap pembinaan olahraga pencak silat. Perguruan PATBANBU (Empat Banding Budi) berbasis di Padang, Sumatera Barat, merupakan salah satu perguruan pencak silat yang tumbuh dari tradisi lokal dan memiliki sejarah panjang. Perguruan ini didirikan oleh Bapak Makmur Hendrik sebagai Pendiri dan Dewan Guru di Perguruan Silat PATBANBU pada 7 Juni 1971. Nilai pendidikan karakter dan etika yang ditekankan perguruan relevan dengan tuntutan pembinaan modern yang tidak hanya mengejar performa, tetapi juga membentuk perilaku sportif dan disiplin atlet. Unit latihan PATBANBU Tunggal Hitam berada pada posisi strategis untuk menjadi model pembinaan yang memadukan dimensi budaya–karakter dan orientasi prestasi, terlebih ekosistem pencak silat di Padang terbilang dinamis. Namun, sejauh mana peran pembinaan di unit tersebut meliputi perencanaan program, kualitas pelatih, ketersediaan sarpras, pola evaluasi, dan eksposur kompetisi—berkontribusi nyata terhadap peningkatan prestasi atlet, masih membutuhkan kajian ilmiah yang sistematis. Kategori yang lebih dominan dalam mencetak atlet untuk dipertandingkan adalah kategori tanding/laga.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*Filed Research*) menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang diamati (Barlian, 2018:80). Jadi, dapat diartikan penelitian kualitatif dengan metode deskriptif adalah suatu metode penelitian yang bertujuan untuk membuat deskripsi atau gambaran secara sistematis dan akurat mengenai fakta-fakta serta hubungan antara fenomena yang diselidiki. Subjek dalam penelitian ini yaitu Pelatih dan Pengurus Perguruan Silat PATBANBU Tunggul Hitam tentang Pembinaan Prestasi Atlet Pencak Silat di Perguruan tersebut.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Dalam penelitian ini, informan yang diwawancarai adalah pengurus Perguruan Silat PATBANBU Tunggul Hitam, yang memberikan wawasan dan pengetahuan terkait topik yang sedang diteliti. Data yang diperoleh dari wawancara ini sangat penting karena memberikan gambaran yang lebih mendalam dan akurat mengenai situasi, kondisi, dan pandangan para pengurus terhadap perguruan silat tersebut. Dalam konteks penelitian ini, data sekunder diperoleh dengan menelusuri berbagai literatur dan sumber tertulis yang berkaitan dengan Perguruan Silat PATBANBU Tunggul Hitam. Dalam penelitian kualitatif, yang menjadi instrumen utama adalah peneliti sendiri. Jadi dalam hal ini peneliti adalah alat penelitian utama (*the key instrument*) yang secara ikut serta/melibatkan diri dalam penelitian. Seluruh data yang diperoleh baik melalui observasi, maupun wawancara dan studi dokumentasi akan dimaknai atau ditafsirkan oleh peneliti sendiri. Sedangkan dokumentasi dan pedoman wawancara dipakai sebagai instrumen pendukung penelitian (Barlian, 2020:200).

Dengan mengumpulkan data sekunder, peneliti dapat memperoleh perspektif yang lebih luas dan mendalam, serta menguatkan analisis yang dilakukan berdasarkan data primer yang sudah dikumpulkan. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 4 Oktober 2025 Perguruan Silat PATBANBU Tunggul Hitam. Dalam penelitian ini sebagai informan adalah Pengurus Perguruan Silat PATBANBU Tunggul Hitam. Adapun jenis teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan

dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis domain, analisis taksonomi, analisis komponen, analisis tema.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian menemukan bahwa pembinaan karakter di Patbanbu menekankan budi pekerti seperti hormat, disiplin, dan tanggung jawab melalui pembiasaan sejak usia dini. Wawancara dengan Pak Uun (pimpinan) dan Fadila Teresa (pelatih) menunjukkan latihan rutin Selasa (kekuatan: push-up, sit-up), Kamis (kelincahan: circuit running), dan Sabtu (sparing-evaluasi), disesuaikan usia atlet. Peluang kompetisi melimpah via O2SN, Porprov Riau (2 emas 2023), Kejurprov, dan Kejur Kapolres Sumbar, dengan alumni sukses seperti pelatih di Thailand dan Dispora Padang.

1. Karakter

Karakter merupakan sifat, watak, atau kepribadian seseorang yang tercermin dalam cara berpikir, bersikap, dan bertindak secara konsisten. Menurut Abidin, A. M. (2018) karakter adalah nilai-nilai perilaku manusia yang berhubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan kebangsaan yang terwujud dalam pikiran, sikap, perasaan, perkataan, dan perbuatan berdasarkan norma-norma agama, hukum, tata krama, budaya, dan adat istiadat. Sedangkan menurut Fadilah (2021) karakter adalah gabungan dari pengetahuan moral (moral knowing), perasaan moral (moral feeling), dan tindakan moral (moral action) yang membentuk keutuhan kepribadian seseorang.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Perguruan PATBANBU menerapkan karakter yang baik kepada para atlet, karena berdasarkan keseluruhan penjelasan dan kutipan wawancara, dapat disimpulkan bahwa pembinaan prestasi di Perguruan Patbanbu Tunggul Hitam tidak hanya berorientasi pada pencapaian kejuaraan, tetapi berjalan secara holistik dengan menyeimbangkan pembentukan karakter, keterampilan teknis, dan penguatan mental atlet. Pembinaan karakter menjadi fondasi utama yang ditanamkan sejak dini melalui penekanan pada budi pekerti, sikap hormat kepada orang tua dan pelatih, tata krama, serta kedisiplinan, bahkan sebelum atlet diajarkan teknik memukul atau menendang. Setelah karakter terbentuk, keterampilan dikembangkan secara bertahap melalui sistem latihan berjenjang dan evaluasi rutin, disertai penyaluran ke berbagai kompetisi sesuai

potensi masing-masing atlet. Selain itu, keberhasilan pembinaan di Patbanbu juga diperkuat oleh dukungan sosial yang kuat dari pelatih, rekan latihan, dan orang tua, yang tidak hanya memberikan bantuan teknis, tetapi juga menjadi sumber motivasi dan kepercayaan diri bagi atlet saat menghadapi tekanan bertanding. Dengan demikian, Patbanbu berhasil menciptakan ekosistem pembinaan yang mendidik atlet secara tangguh dalam prestasi, kuat dalam karakter, dan matang secara mental.

2. Keterampilan

Keterampilan (skill) adalah kemampuan seseorang dalam melakukan suatu tugas atau aktivitas dengan baik dan efisien, yang diperoleh melalui latihan, pengalaman, dan pembelajaran. Menurut Nasihudin (2021), keterampilan merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan kegiatan yang membutuhkan koordinasi antara pikiran dan tindakan. Sementara menurut Asnaldi, A. (2019), keterampilan adalah kemampuan yang diperoleh melalui latihan berulang-ulang sehingga seseorang dapat melaksanakan suatu pekerjaan dengan mudah, cepat, dan benar. Dengan kata lain, keterampilan tidak hanya menyangkut kemampuan fisik, tetapi juga mental, sosial, dan emosional yang mendukung seseorang dalam menjalankan tugas atau pekerjaannya.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, Dapat disimpulkan bahwa pengembangan keterampilan atlet di Perguruan Patbanbu Tunggul Hitam dilakukan melalui sistem latihan yang terstruktur, bertahap, dan disesuaikan dengan kemampuan usia atlet. Pembinaan keterampilan dimulai dari latihan dasar seperti kekuatan dan kelincahan, kemudian ditingkatkan melalui sparing dan evaluasi teknik secara langsung, sehingga atlet tidak hanya menguasai gerakan secara teori, tetapi mampu menerapkannya dalam situasi pertandingan nyata. Metode latihan yang divariasikan dengan permainan dan pemanasan kreatif juga membantu menjaga motivasi dan konsistensi atlet dalam berlatih, terutama pada usia muda. Selain itu, pengalaman bertanding terbukti mempercepat penguasaan teknik karena melatih reaksi, strategi, dan fokus atlet secara real-time. Dengan demikian, pembinaan keterampilan di Patbanbu tidak hanya menghasilkan atlet yang mahir secara teknis, tetapi juga siap menghadapi kompetisi dengan kemampuan yang efektif dan adaptif.

3. Peluang

Secara umum, peluang adalah kesempatan atau kemungkinan yang dimiliki seseorang, kelompok, atau lembaga untuk mencapai suatu tujuan tertentu berdasarkan kondisi dan potensi yang ada. Menurut Lavoie, D. (2015), peluang merupakan kondisi yang memberikan kemungkinan bagi seseorang untuk mengambil tindakan yang menghasilkan manfaat atau keuntungan. Sementara menurut Hasmira, M. H., & Fitriani, E. (2019), peluang adalah situasi di mana seseorang dapat menciptakan nilai baru melalui upaya dan kreativitas, baik dalam bidang ekonomi, sosial, maupun pendidikan. Dengan kata lain, peluang muncul ketika ada hubungan antara potensi yang dimiliki dan kebutuhan atau situasi yang sedang berkembang.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa Perguruan Patbanbu Tunggal Hitam memiliki peluang besar untuk terus berkembang sebagai pusat pembinaan atlet pencak silat berprestasi. Peluang tersebut terlihat dari rekam jejak prestasi yang sudah diraih, seperti perolehan medali pada ajang POMNAS dan POPROV, serta atlet yang telah berkarier hingga menjadi pelatih di luar negeri. Selain itu, banyaknya kejuaraan rutin seperti KAPOLDA Sumatra, O2SN, hingga event pemerintah membuka kesempatan luas bagi atlet untuk mengasah kemampuan dan memperkuat mental kompetitif. Bertambahnya jumlah anggota yang bergabung menunjukkan kepercayaan masyarakat terhadap kualitas pembinaan, sekaligus memberikan peluang untuk memperbesar skala latihan dan profesionalisasi sistem pelatihan. Dukungan orang tua dan lingkungan sosial yang positif juga turut memperkuat peluang keberlanjutan pembinaan. Dengan modal prestasi, akses kompetisi, dukungan sosial, dan jejaring alumni yang kuat, Patbanbu memiliki potensi besar untuk berkembang menjadi lembaga pembinaan pencak silat yang unggul di tingkat regional hingga nasional.

KESIMPULAN

Pembinaan di Patbanbu dimulai dengan penanaman budi pekerti seperti hormat, disiplin, dan tanggung jawab, diikuti latihan silat olahraga, tradisi, serta seni secara berjenjang dari usia dini hingga dewasa melalui O2SN, Porprov, dan Kejurprov. Strategi ini mendukung IPSI Kota Padang dengan prestasi seperti 2 emas Porprov Riau

2023, meskipun menurun di 2024 akibat keterbatasan fasilitas dan eksposur nasional. Pendekatan kualitatif deskriptif dengan wawancara informan (pimpinan, pelatih, atlet, orang tua) dan analisis Spradley mengonfirmasi kontribusi signifikan Patbanbu terhadap regenerasi atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A. M. (2018). Penerapan pendidikan karakter pada kegiatan ekstrakurikuler melalui metode pembiasaan. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 12(2), 183-196.
- ASHARI, P. D. (2025). *PERAN UNIT KEGIATAN MAHASISWA PENCAK SILAT PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE DALAM MEMBANGUN KARAKTER ISLAMI MAHASISWA DI UIN FATMAWATI SUKARNO BENGKULU* (Doctoral dissertation, UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu).
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 17-29.
- Atmanegara, C. A. (2020). *SURVEI PEMBINAAN PRESTASI ATLET PENCAK SILAT DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO).
- Barlian, Eri. 2018.. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.
- Barlian, Eri. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif*. Padang: Sukabina Press.
- Brenner, J. S. (2016). Sports specialization and intensive training in young athletes. *Pediatrics*, 138(3).
- De Putra, R., Mardela, R., Haryanto, J., & Putra, J. (2024). The Effect of Weight Training Exercises on The Explosive Power of The Lemb Muscles of Sakato Pencak Silat Athletes. *International Martial Arts and Culture Journal*, 2(3), 136-139.
- Dewi, E. M. P. (2018). Psikologi Olahraga Mental Training.
- Doewes, R. I., et al. (2022). Biomechanics analysis on *jejag* kick of pencak silat. *Journal of Population Therapeutics and Clinical Pharmacology*, 29(4), e116–e125.
- Fadilah, M. P., Alim, W. S., Zumrudiana, A., Lestari, I. W., Baidawi, A., Elisanti, A. D., & KM, S. (2021). *Pendidikan karakter*. Agrapana Media.
- Hasmira, M. H., & Fitriani, E. (2019). Peluang usaha bagi masyarakat Nagari Sungai Pinang untuk pengembangan ekowisata. *Abdi: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 64-68.
- Kurniawan, A., et al. (2021). Pencak silat combat match: Time–motion analysis in elite athletes championship. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(Proc4), S1597–S1608.
- Lavoie, D. (2015). The discovery and interpretation of profit opportunities: Culture and the Kirznerian entrepreneur. In *Culture and economic action* (pp. 48-67). Edward Elgar Publishing.
- Nasihudin, N., & Hariyadin, H. (2021). Pengembangan keterampilan dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(4), 733-743.
- Nisa, K., Syahfrilina, V. Z., Masniyah, H., Mardiani, D. P., & Susilo, H. (2025). The

Role of Pencak Silat in Building Youth Character in Kedung Kendo Village. *Jurnal Paradigma*, 17(1), 18-29.

Nopiyanto, Y. E., Hiasa, F., Ihsan, N., & Putra, J. (2023). The Effect of Resistance Bands Rubber Spring Exercise on the Front Kick Speed of Adolescent Pencak Silat Women.

Qutrotunaini, S., Nurrachmad, L., & Anam, K. (2022). Identifying Strategies to Improve Pencak Silat Achievement: A Qualitative Study. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 7(2), 202-210.

Sasmita, K., Barlian, E., & Padli, P. (2023). Pencak Silat Wajah Budaya Bangsa Indonesia. *Journal on Education*, 5(2), 2869-2880.

Subekti, N. (2025). *Model High Intensity Interval Training (HIIT) Olahraga Pencak Silat Kategori Tanding* (Doctoral dissertation, UNS (Sebelas Maret University)).

Sukarti, S. E. (2024). *IMPLEMENTASI NILAI-NILAI PENDIDIKAN AKHLAK DALAM KEGIATAN PENCAK SILAT PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE (PSHT) RANTING TAIS KABUPATEN SELUMA* (Doctoral dissertation, UIN Fatmawari Sukarno).

Sulfa, M., Lubis, J., & Rihatno, T. (2024). Pencak silat reaction speed training model: training for pencak silat athletes aged 17—21 years. *Retos*, 57, 740-746.

UNESCO. (2019). Traditions of Pencak Silat Indonesia.