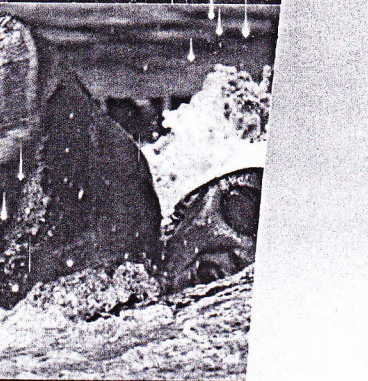
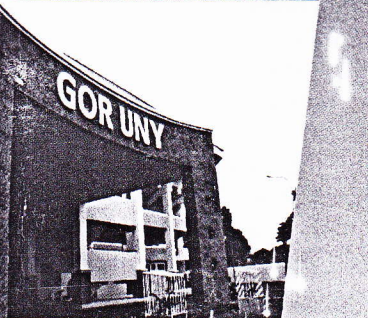
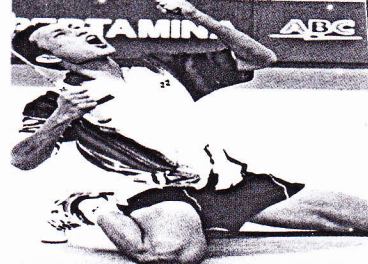


B15

ISBN : 978-602-8249-14-6



# PROCEEDING

## Seminar Olahraga Nasional Ke II

“PERAN OLAHRAGA DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER”

Yogyakarta, 8 November 2008



DEPUTI PENINGKATAN PRESTASI DAN IPTEK OLAHRAGA  
KEMENTERIAN NEGARA PEMUDA DAN OLAHRAGA



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

## PENCAK SILAT SEBAGAI SARANA PEMBENTUKAN KARAKTER

Oleh:

Awan Hariono

Universitas Negeri Yogyakarta

### ABSTRAK

*Krisis sosial, ekonomi, budaya, hukum yang terjadi di Indonesia di duga berasal dari kondisi krisis moral yang melanda semua lapisan masyarakat. Hal tersebut menyebabkan munculnya krisis kepercayaan masyarakat pada pemerintah yang berakibat terhadap merosotnya moral (dekadensi moral) masyarakat.*

*Pencak silat merupakan salah satu budaya bangsa Indonesia yang memiliki empat aspek sebagai satu kesatuan, yaitu: aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek seni, dan aspek olahraga. Keempat aspek tersebut mengandung kaidah-kaidah, sebagai berikut: pengendalian diri, kiat membela diri, gerak seni, dan sportivitas. Penekanan aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek seni, dan aspek olahraga harus diaplikasikan baik dalam proses latihan maupun pertandingan. Aspek mental spiritual mengarah pada tingkat keimanan dan ketagwaan pada Tuhan Yang Maha Esa serta kemampuan adaptasi terhadap lingkungan sosial budaya. Aspek beladiri diri lebih diarahkan pada pengendalian diri, kejujuran, kedisiplinan, dan kecerdasan emosional. Sedangkan aspek seni lebih mengarah pada kepedulian, kecintaan, dan pelestarian terhadap budaya bangsa. Adapun aspek olahraga diorientasikan pada keinginan untuk meningkatkan pola hidup sehat baik jasmani maupun rohani dan pengembangan nilai sportifitas. Secara keseluruhan, pencak silat mengajarkan sifat dan sikap taqwa, tanggap, tangguh, tanggung, dan trengginas.*

**Kata Kunci:** *Pengakhsilat, sarana, pembentukan, karakter*

### PENDAHULUAN

Dewasa ini bangsa Indonesia mengalami berbagai macam krisis baik ekonomi, politik, hukum, dan moral. Bila diamati secara cermat, krisis moral merupakan hal krusial untuk diperhatikan oleh karena masyarakat sebagai aset pembangunan sudah mulai kehilangan karakter yang sesuai dengan kondisi bangsa. Ary Ginanjar (2008) mengatakan bahwa krisis moral dalam masyarakat antara lain ditandai oleh (1) hilangnya kejujuran, (2) hilangnya rasa tanggung jawab, (3) tidak mampu berpikir jauh ke depan (visioner), (4) rendahnya disiplin, (5) krisis kerjasama, (6) krisis keadilan, dan (7) krisis kepedulian (Ary Ginanjar, 2008). Keadaan tersebut secara otomatis menghilangkan jiwa sportivitas, kejujuran, kepercayaan diri, dan rasa saling menghargai dalam diri manusia. Artinya, manusia sudah tidak mampu introspeksi diri, mengakui kekalahan, dan tidak dapat berinteraksi dengan baik terhadap orang lain.

Kenyataan di atas menunjukkan bahwa sebagian besar karakter masyarakat Indonesia masih belum terbentuk secara positif. Untuk itu, kualitas sumber daya manusia Indonesia harus terus ditingkatkan melalui berbagai jalur pendidikan, diantaranya melalui bidang olahraga. Oleh karena, olahraga dapat berfungsi sarana untuk (1) penyaluran emosi, (2) penguatan identitas, (3) kontrol sosial, (4) sosialisasi, (5) agen perubahan, (6) penyaluran kata hati, dan (7) mencapai keberhasilan (Wuest and Bucher, 1995). Dengan demikian, melalui kegiatan olahraga diharapkan dapat membentuk karakter masyarakat Indonesia ke arah yang positif sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

Karakter merupakan sebuah konsep dari moral, yang tersusun dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga. Setidaknya terdapat nilai-nilai yang baik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga, antara lain: rasa terharu (*compassion*), keadilan (*fairness*), sikap sportif (*sport-personship*), dan integritas (*integrity*) (Weinberg dan Gould, 2003). Artinya, perkembangan dan terbentuknya karakter seseorang dipengaruhi oleh kemampuan kognisi dan daya tangkapnya dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial budaya. Dengan demikian, karakter seseorang terbentuk bukan saja karena menirukan melalui pengamatan, melainkan dapat diajarkan melalui situasi olahraga, latihan, dan aktivitas fisik.

## **NILAI-NILAI Luhur dalam Pencak Silat**

Pencak silat merupakan salah satu budaya bangsa Indonesia untuk mempertahankan eksistensi dan integritas terhadap lingkungan untuk mencapai keselarasan hidup guna peningkatan keimanan dan ketagwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Untuk itu, dalam pencak silat dikembangkan empat aspek sebagai satu kesatuan, yaitu: *aspek mental spiritual, aspek beladiri, aspek seni, dan aspek olahraga*. Keempat aspek tersebut mengandung kaidah-kaidah sebagai berikut: pengendalian diri, kiat membela diri, gerak seni, dan spotifitas. Dengan demikian, pembentukan karakter dapat ditingkatkan dengan cara ikut aktif dalam kegiatan olahraga, khususnya cabang olahraga pencak silat.

### **Aspek Pengembangan Mental Spiritual**

Pengembangan aspek mental spiritual dalam pencak silat merupakan konsep dasar yang harus diajarkan. Adapun arah pengembangan aspek mental dalam pencak silat adalah sebagai berikut:

1. Bertaqwa Kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan Berbudi, yang berarti bahwa pesilat memiliki kewajiban untuk:
  - a. Beriman teguh kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan melaksanakan ajaran-ajarannya, yakni melaksanakan perintah-perintahNya, dan meninggalkan laranganNya.
  - b. Menghormati orangtua, orang yang lebih tua, kakak seperguruan, keinginan, harapan dan kepentingan.
  - c. Berperilaku sopan-santun dalam pergaulan sosial sesuai dengan tata susila yang berlaku.
2. Tenggang Rasa, Percaya Diri Sendiri dan Disiplin, yang berarti bahwa pesilat memiliki kewajiban untuk:
  - a. Tidak bertindak sewenang-wenang terhadap sesama manusia.
  - b. Mencintai dan suka menolong sesama manusia.
  - c. Berani dan tabah menghadapi segala buntut tantangan hidup.
  - d. Sanggup berusaha dengan tidak kenal menyerah dalam mencapai hal-hal positif yang menjadi idaman dan cita-cita.
  - e. Patuh dan taat kepada norma-norma yang mengatur kehidupan pribadi maupun sosial.
3. Cinta Bangsa dan Tanah Air, yang berarti bahwa pesilat memiliki kewajiban untuk:
  - a. Memandang seluruh bangsa dan wilayah tanah air, dengan kekayaan dan atribut sebagai satu kesatuan yang utuh dan tidak terpecahkan.
  - b. Merasa bangga menjadi bangsa dan mempunyai tanah air Indonesia.
  - c. Mencintai budaya dan bangsa sendiri serta berusaha untuk mengembangkannya.
  - d. Menyelamatkan keutuhan, persatuan, kepribadian, kelangsungan hidup dan pembangunan bangsa yang berdasarkan pada Pancasila dan Undang-Undang Dasar 1945.
4. Persaudaraan, pengendalian diri dan tanggung jawab sosial, yang berarti bahwa pesilat memiliki kewajiban untuk:
  - a. Menjalin kerukunan, keselarasan, keseimbangan, dan keserasian dalam hidup bermasyarakat.
  - b. Mampu mengatasi segala permasalahan yang timbul secara musyawarah dengan semangat kekeluargaan.
  - c. Bergotong royong di dalam mewujudkan hal-hal yang merupakan kepentingan bersama.
  - d. Menempatkan kepentingan masyarakat/umum di atas kepentingan pribadi golongan.
5. Solidaritas sosial, mengejar kemajuan serta membela kejujuran, kebenaran dan keadilan, yang berarti bahwa pesilat memiliki kewajiban untuk:
  - a. Memperhatikan dan menyesuaikan diri dengan keadaan kehidupan di lingkungan sosial.
  - b. Selalu berusaha untuk meningkatkan kualitas diri sebagai sarana untuk memperoleh kemajuan.
  - c. Berani mencegah dan memberantas kemunafikan dan keserakahan dengan cara-cara yang baik.
  - d. Melaksanakan pengabdian sosial untuk meningkatkan kesejahteraan dan kemajuan masyarakat.

### **Aspek Pengembangan Beladiri**

Pengembangan aspek beladiri mengandung arti bahwa pesilat harus terampil dalam melakukan gerak secara efektif dan efisien untuk menjamin kesempataan/kesiapsiagaan fisik dan mental, yang dilandasi sikap kesatria, tanggap, dan kemampuan mengendalikan diri. Artinya, bahwa pesilat memiliki kewajiban untuk: (1) Berani menegakkan kejujuran, kebenaran, dan keadilan; (2) Tahan uji dan tabah didalam menghadapi cobaan dan godaan; (3) Tangguh/ulet dan dapat mengembangkan

kemampuan di dalam melakukan usaha; (4) Tanggap, peka, cermat, cepat dan tepat di dalam menelaah permasalahan yang dihadapi maupun dalam mengatasinya; (5) Selalu melaksanakan "**Ilmu Padi**", dan menjauhkan diri dari sikap dan perilaku sombong atau takabur; dan (6) Menggunakan keterampilan gerak efektifnya dalam perkelahian hanya karena keadaan terpaksa untuk keselamatan diri dan harga diri menurut ukuran obyektif serta keselamatan bangsa dan negara

### **Aspek Pengembangan Seni**

Pada aspek pengembangan seni, pesilat diharapkan memiliki keterampilan gerak yang serasi dan menarik, dilandasi rasa cinta terhadap budaya bangsa. Untuk itu, pada aspek pengembangan seni pesilat harus memiliki kesadaran untuk:

- a. Mengembangkan pencak silat sebagai budaya bangsa Indonesia yang mencerminkan nilai-nilai luhur, guna memperkuat kepribadian bangsa, mempertebal rasa harga diri dan kebanggaan nasional serta memperkokoh jiwa kesatuan.
- b. Mengembangkan nilai pencak silat yang diarahkan pada penerapan nilai-nilai kepribadian berlandaskan Pancasila.
- c. Mencegah pononjolan secara sempit nilai-nilai Pencak Silat yang bersirat aliran dan kedaerahan.
- d. Menanggulangi pengaruh kebudayaan asing yang negatif.
- e. Mampu menyaring dan menyerap nilai-nilai budaya dari luar yang positif dan yang memang diperlukan bagi pembaharuan dalam proses pembangunan

### **Aspek Pengembangan Olahraga**

Aspek pengembangan olahraga menuntut pesilat untuk memiliki kemampuan keterampilan gerak yang efektif dan efisien dalam upaya meningkatkan kesegaran jasmani dan kematangan rohani yang dilandasi hasrat hidup sehat. Untuk itu, pesilat harus memiliki kesadaran untuk: (1) Berlatih dan melaksanakan olahraga pencak silat sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari; (2) Selalu menyempurnakan prestasi jika latihan dan pelaksanaan olahraga tersebut berbentuk pertandingan; dan (3) Menjunjung tinggi nilai sportifitas (M. Atok Iskandar, dkk., 1992).

Sifat dan sikap ideal tersebut di atas, sebagai satu kesatuan dapat diringkas sebagai sifat dan sikap taqwa, tanggap, tangguh, tanggon, dan trengginas.

- 1) Makna taqwa adalah beriman teguh kepada Tuhan Yang Maha Esa dan melaksanakan ajaran-ajarannya, yang berarti patuh dan taat kepada perintah-perintah dan meninggalkan larangan-larangan serta selalu menampilkan budi pekerti luhur dalam kehidupan sehari-hari.
- 2) Makna tanggap adalah kecerdasan/ketajaman, kepekaan dan kecermatan didaian menelaah permasalahan yang dihadapi maupun dalam menanganinya.
- 3) Makna tangguh, adalah terampil, ulet dan dapat mengembangkan keterampilan/ kemampuan yang dimiliki didalam menghadapi permasalahan sesuai dengan keadaan dan kebutuhan.
- 4) Makna tanggon, adalah kesanggupan untuk selalu rasional (berpikir dingin) dan tahan uji terhadap berbagai bentuk godaan dan cobaan.
- 5) Makna trengginas, adalah lincah, aktif, memiliki daya cipta serta mengutamakan daya guna dan hasil guna dalam tindakan.

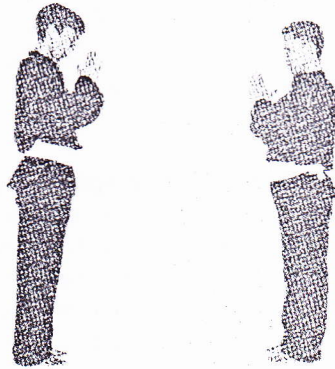
Sifat dan sikap ideal sebagai materi pendidikan yang terkandung dalam keempat aspek pencak silat mental spiritual, beladiri, seni dan olahraga sebagai satu kesatuan utuh adalah nilai-nilai luhur pencak silat dan merupakan peunjabaran Pancasila. Untuk itu, dapat dikatakan bahwa tujuan yang ingin dicapai dalam pendidikan pencak silat adalah untuk membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang memiliki kepribadian yang berlandaskan pada Pancasila dan Undang-Undang Dasar 1945. Dengan demikian diharapkan pesilat harus memiliki kualitas dapat dijadikan sebagai potensi bangsa yang positif bagi perwujudan Wawasan Nusantara, ketahanan Nasional Indonesia, Pembangunan Nasional dan Hankamnas/Hankamrata (PB. IPSI, 1986).

### **Penerapan Dalam Latihan Dan Pertandingan**

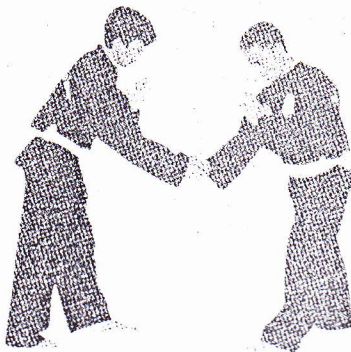
Falsafah dalam pencak silat merupakan tuntunan yang harus diterapkan baik dalam proses latihan maupun pertandingan. Artinya, selama proses latihan dan pertandingan harus mengutamakan pada prinsip-prinsip dan nilai-nilai falsafah dari pencak silat. Penerapan tersebut memiliki tujuan agar pesilat mampu memiliki karakter dan kepribadian yang positif sehingga menjadi manusia yang berguna bagi diri sendiri, agama, masyarakat, dan bangsa.

### Selama Proses Latihan

Selama dalam proses latihan, pengembangan karakter pesilat diterapkan dari awal sampai akhir latihan, di antaranya: (1) Setiap awal dan akhir latihan di lakukan doa bersama yang dipimpin oleh pelatih, (2) Saling memberikan penghormatan terhadap sesama pesilat maupun pelatih, (3) Pembacaan tata tertib latihan oleh salah seorang pesilat yang ditunjuk oleh pelatih, dan (4) Pada setiap awal dan akhir dari sabung (*sparing partner*) pesilat harus berjabat tangan sebagai tanda persahabatan dan mengeratkan persaudaraan diantara sesama pesilat.



Gambar 1: Saling memberi hormat sebelum dan sesudah latihan



Gambar 2. Berjabat tangan sebelum dan sesudah melakukan *sparing partner*

### Selama Proses Pertandingan

Pada proses pertandingan penerapan falsafah pencak silat sebagai sarana pembentukan karakter sudah diterapkan pada peraturan pertandingan. Setiap peraturan yang disusun lebih mengutamakan nilai-nilai etika dan sportifitas, di antaranya: (1) Pesilat saling berhadapan dengan menggunakan unsur pembelaan dan serangan, yaitu menangkis, mengenakan sasaran dan menjatuhkan lawan, menerapkan kaidah-kaidah pencak silat serta mematuhi larangan-larangan yang ditentukan; (2) Pembelaan dan serangan yang dilakukan harus berpola dari sikap awal/pasang dilanjutkan dengan langkah sekurang-kurangnya 3 bentuk pola langkah, serta adanya koordinasi dalam melakukan serangan dan pembelaan; (3) Serangan beruntun harus tersusun teratur dan berangkai dengan berbagai cara ke arah sasaran sebanyak-banyaknya 4 jenis serangan dan bila lebih akan dihentikan wasit; dan (4) Serangan yang dinilai adalah yang menggunakan pola langkah, tidak terhalang, mantap, bertenaga, dan tersusun dalam koordinasi teknik serangan yang baik (PB. IPSI, 2003).

Aturan bertanding di atas menunjukkan bahwa dalam pertandingan pencak silat, setiap gerak teknik yang dilakukan harus mengandung unsur-unsur mental spiritual, beladiri, seni, dan olahraga. Adapun dari sisi afektif, pesilat harus mejunjung nilai-nilai pengendalian diri, kiat membela diri, gerak seni, dan sportifitas. Selain itu, unsur etika persaudaraan juga harus di junjung tinggi selama dalam pertandingan. Hal tersebut dapat ditunjukkan bahwa pada setiap awal dan akhir pertandingan, pesilat harus saling berjabat tangan baik dengan sesama pesilat maupun pelatih, dengan tujuan: (1) Bagi pesilat yang mengalami kekalahan harus bisa menerima dengan lapang dada dan memberikan selamat terhadap lawan, dan (2) Bagi pesilat yang menang harus menunjukkan rasa rendah hati dan memberikan dukungan bagi lawan. harus berani menerima kekalahan.



Gambar 3. Pesilat saling berjabat tangan pada awal pertandingan

## KESIMPULAN

Pencak silat merupakan cabang olahraga yang menjunjung nilai etika dan moral yang tinggi. Pada setiap awal dan akhir latihan maupun pertandingan, pesilat harus memberikan respon positif terhadap lawan baik dalam posisi kalah maupun menang. Untuk itu, olahraga pencak silat dapat digunakan sebagai sarana untuk pembentukan karakter. Oleh karena dalam pencak silat mengembangkan nilai-nilai yang dapat meningkatkan dan mengembangkan karakter seperti: (1) Aspek mental spiritual, yang mengarah pada tingkat keimanan dan ketagwaan pada Tuhan Yang Maha Esa serta kemampuan adaptasi terhadap lingkungan sosial budaya; (2) Aspek beladiri diri, yang mengarah pada pengendalian diri, kejujuran, kedisiplinan, dan kecerdasan emosional; (3) Aspek seni, yang mengarah pada kepedulian, kecintaan, dan pelestarian terhadap budaya bangsa; dan (4) Aspek olahraga, yang mengarah pada peningkatan pola hidup sehat baik jasmani maupun rohani dan pengembangan nilai sportifitas. Selain itu, secara keseluruhan, pencak silat mengajarkan sifat dan sikap taqwa, tanggap, tangguh, tanggon, dan trengginas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ary Ginanjar. 2008. *Pembentukan Habit Menerapkan Nilai-nilai Religius, Sosial, dan Akademik*, 29–31 Juli 2008. Semiloka Pendidikan Karakter. Yogyakarta: UNY
- Depdiknas. 2003. *Kurikulum 2004: Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SMP dan MTs*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- KirkWeinberg, Robert S and Gould, Daniel. 2002. *Foundations of Sport and Exercise Psychology*, 3<sup>rd</sup> edition. Champaign, IL: Human Kinetics.
- P M. Atok Iskandar, dkk. 1992. *Pencak Silat*. Jakarta: Dirjen Dikti Departemen P dan K.
- B.IPSI. 1986. *Nilai-Nilai Luhur Pencak Silat Indonesia*. Jakarta
- PB IPSI. 2003. *Peraturan Pertandingan Pencak Silat IPSI*. Jakarta: PB IPSI.
- Wuest, Deborah A., and Bucher, Charles A. 1995. *Foundations of Physical Education and Sport*, 12<sup>th</sup> ed. St. Louis, Missouri: Mosby-Year Book, Inc.