

**METODE MELATIH TEKNIK DAN TAKTIK  
DALAM PENCAK SILAT**



**Oleh:  
Awan Hariono**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2011**

- Teknik dan taktik adalah dua hal yang berbeda yang harus diketahui oleh para pelatih maupun atlet pencak silat.
- Teknik merupakan bentuk gerakan-gerakan seperti tendangan, pukulan, tangkisan, dan langkah.
- Taktik merupakan cara untuk memenangkan pertandingan dengan menggunakan teknik. Penampilan olahraga di lapangan sangat ditentukan dari bagaimana proses berlatih melatih yang dijalani setiap harinya.
- Menurut Nossek (1982: 111) selama dalam proses berlatih melatih teknik dan taktik harus memperhatikan empat hal penting, yaitu: penerimaan, perbaikan, penggabungan, dan aplikasi.

#### **A. PENERIMAAN**

- Proses belajar gerak melalui visualisasi sangat penting, khususnya bagi pesilat pemula. Oleh karena dapat memberikan hasil yang maksimal pada saat melatih teknik, harus dilakukan berulang-ulang dari berbagai sisi.
- Pada tahap penerimaan ini adalah modal pertama yang harus dibenahi terlebih dahulu, maksudnya pelatih harus tahu bagaimana memberikan contoh yang baik dan benar sehingga mudah dipahami oleh anak latih.
- Pencak silat merupakan olahraga yang memerlukan keterampilan yang kompleks. Teknik maupun taktik dalam cabang olahraga pencak silat sangat beragam. Untuk itu, dalam proses berlatih melatih teknik dan taktik, pelatih harus memiliki dan menguasai setiap gerak teknik yang dilatihkan sehingga pesilat harus benar-benar tahu apa maksud dari penjelasan pelatih. Dengan demikian, pesilat tidak salah dalam mengaplikasikan atau melakukan contoh yang diberikan.
- Proses belajar dalam menerima informasi tentang teknik dan taktik secara efektif, melalui penglihatan yang didemonstrasikan oleh pelatih/peraga.
- Pada tahap berikutnya latihan dilakukan dengan dengan prinsip-prinsip metodis tertentu. Metodis berarti bahwa latihan harus dilakukan secara runtut, artinya saat proses latihan berlangsung seorang pelatih harus bisa menyampaikan materi latihan mulai dari yang mudah ke yang sulit.

## **B. PERBAIKAN**

- Selama proses berlatih, pesilat memperoleh umpan balik yang diperlukan untuk kemajuan belajar dan kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan. Perbaikan dalam hal ini adalah segala aspek yang dipelajari dalam pencak silat, baik dari segi etika, taktik maupun teknik.
- Perbaikan dari segi etika akan membuat seorang pesilat santun dalam bertindak baik di arena pertandingan maupun di masyarakat.
- Perbaikan dari segi teknik bertujuan untuk menjadikan suatu gerakan lebih efektif dan efisien.
- Sementara itu perbaikan dari segi taktik sangat dipengaruhi oleh kemampuan teknik pesilat.
- Etika merupakan sesuatu yang sangat penting dalam belajar pencak silat. Tanpa etika atau aturan seorang pesilat yang mempunyai kemampuan teknik yang tinggi menjadi tidak berarti. Latihan pencak silat dalam kesehariannya selalu diawali dengan kegiatan yang mendidik etika, misalnya saat masuk ruang latihan, seorang pesilat harus membongkok untuk menghormati. Kejadian yang demikian akan selalu dilakukan oleh para pesilat, sehingga menghormati itu merupakan suatu keharusan sebagai seorang pesilat.

Latihan pencak silat merupakan suatu aktifitas beladiri yang berkelanjutan, artinya bahwa latihan pencak silat dibedakan oleh tingkatan sabuk, sehingga latihan mempunyai tingkat kesulitan yang berbeda-beda. Perbedaan tingkat kesulitan latihan yang demikian harus selalu diperhatikan oleh seorang pelatih, jangan sampai dalam latihan hanya memenuhi banyaknya teknik yang diajarkan tetapi kualitas dari latihan itu yang harus diperhatikan. Misalnya jika kita melatih sabuk yang paling rendah, maka harus selalu memperhatikan letak kesalahan-kesalahannya dan harus dibetulkan, sebab kalau tidak akan menyulitkan latihan teknik yang lebih lanjut.

Taktik yang baik bukan berarti harus mempunyai teknik yang banyak, tetapi mempunyai kemampuan teknik yang matang, tetapi akan lebih baik lagi jika tekniknya banyak dan matang. Olahraga pencak silat merupakan cabang olahraga terbuka, artinya bahwa pesilat tidak bisa menebak serangan yang akan dilakukan

oleh lawan. Oleh karena itu seorang pesilat harus mempunyai taktik yang baik agar dapat mengendalikan lawan.

### **C. PENGGABUNGAN**

- Selama latihan pesilat seharusnya bisa menggabungkan dari penerimaan dilanjutkan ke otot-otot sebagai indera gerak, sentuhan, pendengaran, dan pengelihatan
- Lebih lanjut bahwa saat berhadapan dengan lawan maka seorang pesilat pertamanya akan menggunakan indera pengelihatan dan indera pendengaran. Indera pengelihatan untuk melihat gerak-gerik lawan, indera pendengaran untuk mendengarkan wasit dan pelatih saat memberikan instruksi. Indera sentuhan adalah sebagai bentuk stimulus atau tanda untuk menghindar, membalas tendangan bias juga sebagai rangsangan untuk latihan reaksi, itu semua merupakan kerja otot-otot yang mempunyai rangsang gerak.

### **D. APLIKASI**

Setelah berlatih dan menguasai banyak teknik pesilat harus bisa mengaplikasikan dalam pertandingan yang sesungguhnya, tentu saja harus melalui proses latihan teknik, taktik, dan latihan tanding. Banyaknya pengalaman bertanding akan membuat pesilat lebih mudah dalam mengaplikasikan teknik-teknik dan taktik yang sudah dipelajari.

### **METODE MELATIH TEKNIK PENCAK SILAT**

- Keberhasilan dalam proses latihan sangat tergantung dari kualitas latihan yang dilaksanakan. **Artinya**, bahwa keberhasilan dalam latihan sangat ditentukan oleh kemampuan atlet, pelatih profesional dan metode latihan yang digunakan.
- Antara pelatih dan atlet harus memiliki kemampuan, kemauan dan komitmen yang tinggi untuk meraih hasil yang terbaik.
- Pelatih yang profesional tanpa didukung kemampuan atletnya akan sulit untuk dapat meraih prestasi puncak. **Sebaliknya**, atlet yang memiliki bakat istimewa tanpa didukung dan dibina dengan baik dan benar tidak akan dapat berprestasi

secara optimal. Untuk itu diperlukan kerjasama yang baik antara pelatih dan atlet agar prestasi yang optimal dapat diraih.

- Gerakan teknik dalam pencak silat merupakan serangkaian gerak yang kompleks, sehingga relatif sulit dilakukan oleh pemula. Untuk itu pada setiap awal pembelajaran, gerakan harus diberikan secara bertahap dan berkelanjutan. Artinya proses pembelajaran diawali dari yang mudah ke yang sulit dan dari yang sederhana ke yang kompleks

### **1. Pengertian Teknik**

*Teknik adalah* suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga (Suharno, 1993) Selain itu, teknik merupakan cara paling efisien dan sederhana untuk memecahkan kewajiban fisik atau masalah yang dihadapi dalam pertandingan yang dibenarkan oleh peraturan (Thomson, 1991)

### **2. Manfaat Teknik**

- a. Cara efisien mencapai prestasi
- b. Mencegah/mengurangi cedera
- c. Modal untuk melakukan taktik
- d. Meningkatkan percaya diri

### **3. Faktor Penentu Teknik**

- a. Kualitas fisik yang relevan
- b. Kualitas psikologis dan kematangan bertanding
- c. Metode latihan yang tepat
- d. Kecerdasan atlet memilih teknik yang tepat dalam situasi tertentu

### **4. Tahap Latihan Teknik**

- a. Tahap Pengembangan Koordinasi Kasar (*Gross Coordination*)
- b. Tahap Pengembangan Koordinasi Halus (*Fine Coordination*)
- c. Tahap Stabilisasi dan Otomatisasi (*Stabilization and Automatozation*)

**Yang harus diperhatikan dalam awal pembelajaran teknik, yaitu:**

**1. Mengenalkan Keterampilan Teknik**

- a. Memperoleh perhatian regu
- b. Membuat anggota tim melihat dan mendengar penjelasan
- c. Memberitahukan nama dan kegunaan teknik dalam pertandingan

**2. Mendemonstrasikan dan Menjelaskan Keterampilan Teknik**

- Mendemonstrasikan teknik bukan berarti pelatih hanya menunjukkan cara melakukan teknik, melainkan juga harus menjelaskan kemungkinan kesalahan yang terjadi selama dalam melakukan teknik tersebut. Dengan demikian anak latih akan memiliki gambaran gerak teknik yang akan dilakukan secara benar.
- Dalam mendemonstrasikan teknik, dapat dilakukan dengan cara:
  - a. Melakukan praktek teknik sambil memberikan koreksi terhadap kemungkinan kesalahan yang terjadi
  - b. Meminta salah seorang untuk menunjukkan gerakan tersebut
  - c. Bila perlu tunjukkan peragaan teknik tersebut melalui audio visual

**3. Menyuruh Anak Latih Untuk Melakukan Praktek**

- Untuk mengetahui sejauh mana anak latih dapat menerima pembelajaran yang diberikan
- Sebagai umpan balik (*feed-back*) bagi pelatih

**4. Melakukan Koreksi**

- Dalam melakukan koreksi terhadap atlet, pelatih harus melihat apakah tujuan dari latihan sudah dilakukan, dan bagaimana cara mengubah kesalahan yang dilakukan anak latih ke arah tujuan yang ingin dicapai.
- Beberapa hal yang harus diperhatikan pelatih dalam memberikan *feedback*, di antaranya adalah:
  - a. Simpan *feedback* sampai selesai, jangan mengganggu proses latihan
  - b. *Feedback* lebih baik diberikan sebanyak-banyaknya
  - c. Ketika atlet membuat beberapa kesalahan teknik, koreksi sebaiknya diberikan pada kesalahan terbesar yang dilakukan

- d. *Feedback* sebaiknya diberikan hanya oleh pelatih maupun asisten pelatih
- e. Dalam memberikan *feedback* jangan sampai menunjuk salah satu anak latih melainkan mengatakan kesalahan secara keseluruhan yang sering dilakukan pada saat melakukan teknik tersebut
- f. Memberi gambaran secara sederhana dan tepat tentang apa yang harus ditingkatkan atau diperbaiki dalam penampilan
- g. Berikan pujian atau komentar bila anak latih melakukan gerakan dengan benar
- h. Menggunakan penglihatan dan pendengaran pada saat melakukan *feedback*

### **Prinsip dalam melatih ketrampilan teknik**

- a. Berikan latihan secara benar
- b. Berikan latihan dalam bentuk permainan

*Bila mereka sudah dapat melakukan teknik tersebut (usahakan anak latih menyadari secepat mungkin bahwa mereka sudah dapat melakukan teknik tersebut dengan benar dan siap untuk tampil dalam pertandingan)*

- c. Untuk teknik baru, berikan secara singkat jangan bertele-tele

*Pada awal belajar teknik, anak latih banyak melakukan kesalahan karena berusaha untuk dapat melakukan dengan cepat. Oleh karena itu, dalam proses latihan harus diberikan secara bertahap. Dalam melatih teknik untuk pemula disarankan untuk diselingi dengan istirahat.*

- d. Gunakan waktu secara efisien dalam melakukan latihan
- e. Gunakan peralatan dan fasilitas dengan optimal

Dengan mengoptimalkan penggunaan sarana dan peralatan akan membuat proses latihan menjadi lebih efektif dan efisien. Dalam hal ini bukan banyaknya peralatan yang digunakan melainkan mengoptimalkan penggunaan peralatan yang disediakan dengan benar.

- f. Buat anak latih yakin akan pengalaman dalam jumlah yang sewajarnya tentang kesuksesan masing-masing dalam melakukan praktek
- g. Buat latihan yang menyenangkan

## **METODE MELATIH TAKTIK PENCAKSILAT**

Taktik dan strategi adalah bagian penting yang harus di kuasai oleh pelatih maupun atlet pada saat pertandingan. Taktik dan strategi memiliki pengertian yang sama, yaitu menampilkan keterampilan dalam pertandingan, akan tetapi tetap ada perbedaan konsep. Taktik berhubungan dengan perencanaan yang digunakan untuk pertandingan, yang sekaligus merupakan tambahan untuk strategi. Strategi berhubungan dengan konsep umum yang mengatur permainan, tim atau perorangan. Prinsipnya bahwa strategi adalah gambaran untuk menghadapi suatu pertandingan. Konsep dasar yang digunakan adalah periode waktu yang lama dalam menghadapi suatu pertandingan yang sebenarnya. Sebenarnya taktik adalah bagian umum dari kerangka strategi. Jadi Strategi adalah suatu rencana jangka panjang yang berhubungan dengan suatu situasi, seperti bagaimana cara berhadapan dengan lawan yang lebih pendek atau lebih tinggi. Strategi banyak dilakukan oleh seorang pelatih saat atlet sedang latihan maupun saat istirahat antar babak dalam pertandingan

Persiapan taktik adalah persiapan yang berhubungan dengan kemungkinan adanya pola bertahan dan menyerang untuk memenuhi tujuan olahraga yaitu memperoleh kemenangan atau prestasi dalam pertandingan (Bompa, 1994: 58). Tindakan taktis dalam berbagai hal memerlukan proses-proses pemikiran. Aspek-aspek taktik yang penting akan terlihat dalam:

- a. Suatu konsepsi taktis yang dilatih sebelum kompetisi
- b. Gerakan-gerakan taktis yang efektif akibat dari situasi kompetisi yang kongkrit.

### **Pengertian Taktik**

Taktik adalah sebuah rencana untuk memperoleh suatu keuntungan selama dalam pertandingan. Sedangkan strategi adalah suatu rencana untuk satu rangkaian pertandingan. Keberhasilan dalam melakukan taktik, dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya:

- a. Kemampuan membaca situasi permainan atau pertandingan
- b. Keterampilan dalam mengambil keputusan terhadap suatu masalah
- c. Memiliki pengetahuan untuk membuat keputusan terhadap taktik yang akan diterapkan



## **Pengetahuan Taktik**

Atlet dapat membuat/mengambil keputusan dengan baik jika memiliki pengetahuan seperti berikut:

- a. Peraturan yang berlaku dalam pertandingan
- b. Rencana strategi pada waktu permainan tertentu
- c. Kondisi fisik yang baik
- d. Kekuatan dan kelemahan lawan
- e. Kekuatan dan kelemahan sendiri
- f. Pilihan yang taktis untuk berbagai situasi dalam pertandingan

Keterampilan dalam mengambil keputusan dapat diajarkan dengan menggunakan cara berikut:

- a. Mengajarkan secara keseluruhan, baru per bagian
- b. Anak latih mengamati pengambilan keputusan di pihak lain
- c. Mengamati diri sendiri
- d. Mempraktekan
- e. Mengendalikan umpan balik
- f. Meminta/membuat pertanyaan

Metode latihan taktik pencak silat adalah suatu cara atau prosedur yang direncanakan mengenai jenis-jenis latihan taktik pencak silat dan penyusunannya berdasarkan tingkat kesulitan dan kompleksitas dari latihan. Metode latihan pencak silat ini lebih jelasnya sebagai berikut:

### **a. Pengajaran Teoritis**

Pengajaran teoritis diberikan untuk mempermudah pemahaman pesilat dalam mempelajari setiap gerak yang dilakukan. Pengajaran teoritis akan membuat pesilat memiliki gambaran tentang rencana gerak yang akan dilakukan. Dengan demikian proses berlatih melatih dapat berjalan dengan lebih efektif dan efisien. Dalam pengajaran teoritis, ada empat 4 hal yang perlu dipahami baik pelatih maupun atlet, yaitu: persepsi, analisis, solusi mental, dan solusi gerak

## **1) Persepsi**

Persepsi merupakan pengamatan yang dikonsentrasikan terhadap lawan bertanding, yaitu pada: posisi di arena, jenis tendangan, gerakan-gerakannya, sehingga mampu mengantisipasi, sehingga akan mampu memberikan tindakan yang tepat.

## **2) Analisis**

Analisis yang betul merupakan suatu prasyarat untuk pemecahan yang sukses dari penerapan taktik yang tepat. Analisis adalah dugaan sementara terhadap sesuatu yang akan terjadi dengan berbagai pertimbangan, baik dari segi pengamatan, kebiasaan, dan secara ilmiah

## **3) Solusi mental**

Solusi mental didasarkan pada pengamatan yang intensif dan cepat bersamaan dengan analisis yang betul mengenai situasi kompetitif yang ada. Solusi mental membutuhkan waktu untuk berfikir, sehingga dalam taekwondo lebih cocok untuk pelatih pendamping, sehingga dapat memberitahu pada atlet yang sedang bertanding.

## **4) Solusi gerak**

Solusi gerak merupakan gerakan otot yang bisa dilihat berkenaan dengan situasi taktis yang tepat.

Untuk itu, melatih taktik dalam pencak silat perlu memperhatikan aspek berikut:

### **a. Perception/Persepsi**

Pada tahap persepsi pesilat dituntut untuk mengetahui kemungkinan-kemungkinan teknik gerakan yang akan dilakukan oleh lawan. Ada dua hal yang harus diperhatikan, yaitu: (a) sikap pasang lawan, dan (2) posisi lawan terhadap arena pertandingan. Berikut ini adalah gambaran sederhana dalam mempersepsikan gerak teknik yang akan dilakukan lawan bertanding melalui sikap pasang dan posisi lawan terhadap arena pertandingan.

## 1) Sikap Pasang

*Sikap pasang pesilat pada saat pertandingan sangat menentukan terhadap gerak teknik yang akan dilakukan. Dari sikap pasang yang dilakukan lawan, pesilat akan lebih mudah dalam mempersepsikan kemungkinan gerakan yang akan dilakukan lawan. Dalam sikap pasang yang harus diperhatikan adalah; posisi kuda-kuda, posisi badan, dan posisi lengan.*

**Contoh:** *Pesilat melakukan sikap pasang dengan posisi menyamping kanan terhadap lawan, kuda-kuda bertumpu pada kaki belakang (kiri), lengan kanan berada di depan lengan kiri. Kemungkinan gerak teknik yang dapat dilakukan pesilat tersebut adalah tendangan T kanan, sabit kiri, sabit kanan, sapuan bawah depan kanan, sapuan bawah belakang kiri, dan bantingan dengan menggunakan tangan kanan.*

## 2) Posisi Lawan terhadap Arena Pertandingan

*Setelah memahami sikap pasang yang dilakukan lawan, pesilat harus memperhatikan posisi lawan di dalam arena pertandingan, yaitu di tengah arena pertandingan atau di dekat garis batas luar arena pertandingan. Posisi pesilat di dalam arena juga menentukan tipe bertanding dari pesilat. Dengan mengetahui posisi lawan, akan mempermudah pesilat dalam menerapkan taktik bertanding.*

**Contoh:** *pesilat melakukan pasang seperti di atas, dan pasangan tersebut dilakukan di dekat garis batas luar arena. Maka kemungkinan yang akan dilakukan lawan adalah: (a) bila tipe bertahan adalah sabit kiri, bantingan, (b) Biasl tipe Menyerang adalah, T kanan, sabit kanan, depan kiri.*

## b. Decision/Keputusan

*Setelah pesilat dapat mempersepsikan kemungkinan gerak yang akan dilakukan lawan, selanjutnya pesilat dituntut untuk membuat keputusan. Dalam membuat keputusan biasanya pesilat banyak mengalami kesulitan oleh karena tidak semua pesilat memiliki kemampuan persepsi yang baik. Untuk itu, pesilat harus mengetahui secara benar tentang teknik apa yang dapat dikuasai dan dapat diterapkan nuntuk menghadapi lawan.*

**c. Execution/Eksekusi**

*Setelah pesilat membuat keputusan tentang teknik apa yang akan digunakan untuk melakukan serangan, maka selanjutnya pesilat melakukan serangan sesuai dengan keputusan yang telah dibuat*

**d. Feedback/Umpan Balik**

*Dari hasil persepsi, decision, dan execution di analisis sehingga mengetahui pada tahap mana pesilat melakukan kesalahan.*

**3. Macam Taktik Pencak silat**

Taktik adalah suatu rencana jangka pendek yang berhubungan dengan suatu situasi, seperti bagaimana cara menghadapi lawan yang memiliki tipe atau gaya menyerang maupun bertahan. Siasat adalah suatu tindakan segera yang digunakan untuk menyelesaikan suatu strategi, seperti suatu pukulan atau tendangan. Penting mempunyai banyak taktik menyerang maupun bertahan, karena akan membuat atlet selalu siap menghadapi suatu pertandingan. Dalam menerapkan taktik lebih cenderung atlet yang berperan, sebab taktik digunakan di dalam lapangan ketika sedang berlangsungnya pertandingan.

Secara umum taktik dalam pencak silat dapat ditinjau dari bedakan berdasarkan: (1) dari fungsi, (2) dari arena yang digunakan, dan (3) dari teknik yang digunakan.

**1. Ditinjau dari Fungsi**

Melatih taktik seorang pesilat tidak dapat dilakukan dengan asal-asalan. Oleh karena penerapan taktik merupakan kunci keberhasilan dalam memenangkan pertandingan. Berikut adalah macam taktik dilihat dari fungsinya:

**a. Taktik Menyerang/Serangan**

Taktik menyerang adalah upaya mengalahkan lawan selama dalam pertandingan yang dilakukan dengan cara menyerang lawan terlebih dahulu. Taktik menyerang pada pencak silat dapat dibedakan menjadi dua, yaitu: taktik serangan langsung, dan serangan tidak langsung.

### **1) Serangan Langsung**

Taktik serangan langsung adalah upaya untuk mengalahkan lawan yang dilakukan dengan cara langsung menyerang pada sasaran yang diinginkan. Taktik serangan langsung dapat dilakukan dengan menggunakan pukulan, tendangan, dan jatuhan

### **2) Serangan Tidak Langsung**

Taktik serangan tidak langsung adalah serangan yang dilakukan secara tidak langsung pada sasaran yang diinginkan. Artinya, sebelum melakukan serangan pada sasaran, pesilat melakukan gerakan-gerakan awalan untuk mengecoh lawan sehingga posisi lawan berubah dan selanjutnya melakukan serangan pada sasaran.

## **b. Taktik Bertahan**

### **1) Bertahan Pasif**

Bertahan pasif adalah taktik yang dilakukan dengan cara melakukan hindaran atau tangkisan terhadap serangan yang dilakukan lawan, selanjutnya melakukan balasan (*counter attack*) pada lawan. Taktik ini dapat dilakukan dengan sempurna bila pesilat memiliki kecepatan reaksi dan kemampuan koordinasi yang baik. Berikut adalah jenis-jenis taktik bertahan pasif:

#### **a) Hindar Sambut (*counter-attack*)**

*Hindar sambut (counter-attack) merupakan salah satu taktik yang dilakukan pesilat dengan cara menunggu lawan melakukan serangan untuk kemudian dibalas baik dengan menggunakan pukulan maupun tendangan. Taktik tersebut dilakukan pada saat melakukan serangan, pesilat melakukan hindaran atau tangkisan untuk kemudian melakukan serangan balasan. Taktik tersebut tepat digunakan untuk menghadapi lawan yang memiliki tipe menyerang langsung.*

### **b) Jemputan**

*Jemputan lebih tepat diterapkan untuk mengatasi lawan yang memiliki tipe serangan tidak langsung. Taktik jemputan dapat dilakukan dengan menggunakan teknik pukulan, tendangan, dan jatuhan. Teknik tersebut dilakukan dengan cara menabrak lawan pada saat lawan akan melakukan gerakan menyerang.*

### **c) Ganjalan**

*Ganjalan dilakukan dengan menggunakan teknik tendangan T (samping). Taktik ini dapat dilakukan oleh pesilat yang memiliki kecepatan bergerak yang baik. Taktik ganjalan dilakukan dengan cara menghentikan gerakan lawan pada saat akan melakukan serangan dengan menggunakan tendangan T (samping). Taktik ini tepat digunakan untuk lawan yang memiliki tipe serangan langsung.*

## **2) Bertahan Aktif**

Pada taktik bertahan aktif ada persamaan dengan gerakan taktik serangan tidak langsung. Perbedaan antara bertahan aktif dengan serangan tidak langsung adalah pada tujuan yang diinginkan. Pada serangan langsung pesilat melakukan pergerakan untuk mengubah posisi lawan sehingga dapat diserang sesuai dengan yang direncanakan. Sedangkan pada taktik bertahan aktif, pesilat bergerak untuk memancing lawan agar melakukan serangan. Setelah itu pesilat segera melakukan *counter attack* atau teknik jatuhan. Untuk melakukan taktik bertahan aktif, pesilat harus memiliki kecepatan gerak dan kecepatan reaksi yang bagus. Taktik bertahan aktif biasanya dilakukan oleh pesilat yang memiliki teknik bantingan yang bagus. Taktik bertahan aktif digunakan untuk menghadapi lawan yang memiliki tipe hindar sambut (*counter-attack*) yang bagus.

### **Contoh: Pancingan Tangan dan Kaki**

*Taktik pancingan baik dengan menggunakan tangan maupun kaki perlu dilakukan pada saat pesilat menghadapi lawan yang memiliki tipe bertahan. Pesilat yang memiliki tipe bertahan memiliki kecenderungan untuk melakukan counter attack pada saat lawan bergerak. Sedangkan pesilat yang memiliki tipe bertahan aktif memiliki kecenderungan untuk bergerak atau membuat gerakan dengan tujuan membuat lawan melakukan serangan dan untuk selanjutnya melakukan teknik balasan ataupun bantingan.*