

**ANALISIS TEKNIK DAN TAKTIK DALAM BERTANDING ATLET  
PENCAK SILAT CLUB BINAAN PRESTASI CIREBON TIMUR UNTUK  
MENINGKATKAN KUALITAS BERTANDING ATLET**

Teguh Bilal Nurhadian Billah<sup>1</sup>, Dani Nurdiansyah<sup>2</sup>  
<sup>1</sup>PJKR FPST Universitas Pasundan Muhammadiyah Kuningan  
<sup>2</sup> PJKR FPST Universitas Pasundan Muhammadiyah Kuningan  
Alamat e-mail : [1teguhajaaa111@gmail.com](mailto:1teguhajaaa111@gmail.com), [2dani@upmk.ac.id](mailto:2dani@upmk.ac.id),

**ABSTRACT**

*ANALISIS TEKNIK DAN TAKTIK DALAM BERTANDING ATLET PENCAK SILAT CLUB BINAAN PRESTASI CIREBON TIMUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS BERTANDING ATLET. Sports play an important role not only in maintaining physical and mental health, but also as a means of achieving performance. One of the martial arts that emphasizes technical and tactical aspects in competition is Pencak Silat. This study aims to analyze the techniques and tactics used by athletes of the Pencak Silat Club Binaan Prestasi Cirebon Timur in order to improve competition quality. The research method employed was observation/survey with a quantitative approach. The results show that in the technical aspect of male athletes, the highest percentage was found in the throwing category with 36%, followed by kicking with the highest percentage of 36% and punching with the highest percentage of 26%. Meanwhile, in the tactical aspect of female athletes, the highest percentage was in the attacking category with 60%, followed by defending with 51% and with 50%.*

**Keywords :** *Analysis, Technique, Tactic, Pencak Silat, Athlete, Performance*

**ABSTRAK**

ANALISIS TEKNIK DAN TAKTIK DALAM BERTANDING ATLET PENCAK SILAT CLUB BINAAN PRESTASI CIREBON TIMUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS BERTANDING ATLET. Olahraga memiliki peran penting tidak hanya dalam menjaga kesehatan jasmani dan rohani, tetapi juga sebagai sarana pencapaian prestasi. Salah satu cabang olahraga beladiri yang menekankan aspek teknik dan taktik dalam pertandingan adalah Pencak Silat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis teknik dan taktik yang digunakan atlet Pencak Silat Club Binaan Prestasi Cirebon Timur dalam upaya meningkatkan kualitas bertanding. Metode penelitian yang digunakan adalah observasi/survei dengan pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada aspek teknik uji tanding atlet putra, persentase tertinggi terdapat pada kategori jatuhkan sebesar 36%, diikuti tendangan dengan persentase tertinggi 36% serta pukulan dengan persentase tertinggi 26%. Sementara itu, pada aspek taktik uji tanding atlet putri, persentase tertinggi terdapat pada kategori menyerang sebesar 60%, diikuti taktik bertahan dengan persentase 51% sebesar 50%.

**Kata Kunci :** Analisis, Teknik, Taktik, Pencak Silat, Atlet, Prestasi

## **A. Pendahuluan**

Manusia dan olahraga memiliki hubungan keterkaitan yang erat satu sama lain. Olahraga saat ini tidak hanya memiliki peran dalam menciptakan manusia yang bugar dan sehat baik secara jasmani maupun rohani, namun juga dijadikan sebagai wahana untuk berprestasi melalui kompetensi keilmuan yang dikembangkan di dalam olahraga. Pada prinsipnya, pengembangan olahraga berpijak pada tiga orientasi, yaitu olahraga sebagai rekreasi, olahraga sebagai kesehatan, serta olahraga sebagai prestasi. Olahraga telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan di masyarakat, baik di kota maupun di perdesaan, baik dalam masyarakat atau golongan dengan sosial ekonomi yang rendah sampai kepada masyarakat dengan golongan ekonomi paling tinggi sekalipun. Hal ini terjadi karena saat ini masyarakat telah memiliki kesadaran terhadap kegunaan serta pentingnya olahraga baik untuk dirinya sendiri maupun sebagai wahana untuk meraih prestasi. Khususnya dalam olahraga untuk menghasilkan prestasi, para atlet dituntut untuk mempersiapkan kondisi badan yang sedemikian rupa sehingga kadang-kadang harus berlatih

sampai pada batas kelelahannya (Soekarman, 1987: 2).

Pencak Silat Pencak Silat adalah salah satu bagian dari kategori cabang olahraga beladiri dengan pelaksanaan gerak dilakukan secara kontak langsung dengan tubuh lawan. Artinya, pelaksanaan gerak antara atlet satu dengan atlet lain dilakukan dengan cara saling berhadapan secara langsung tanpa adanya sebuah pembatas.

Mencapai prestasi dalam bidang olahraga pada umumnya dan Pencak Silat pada khususnya dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, diantaranya: pemanduan bakat, pendidikan, pelatihan olahraga serta peningkatan kualitas organisasi dan pembinaan. Sejak masuknya Pencak Silat dalam Pesta Olahraga Nasional (PON) VIII 1973 di Jakarta, Pencak Silat mempunyai perkembangan yang pesat dalam mengawali prestasi olahraga. Sebagai buktinya yaitu dengan banyaknya pertandingan yang berjenjang mulai dari tingkat Kabupaten/Kota, Daerah, Wilayah, Nasional hingga Internasional. Untuk mendapatkan sebuah prestasi tidaklah

mudah, banyak hal yang mendukung dalam meraih prestasi tersebut. Bagi atlet, kemampuan fisik, teknik serta mental yang baik dapat membantu mewujudkan prestasi yang maksimal. Tentunya dengan melakukan proses latihan yang progresif, overload dan berkelanjutan sesuai dengan prinsip latihan. Adapun Pencak Silat sebagai olahraga prestasi dapat dimulai dari usia remaja. Sebab pada masa usia tersebut merupakan awal pembelajaran dan proses pembentukan gerak teknik dan juga sudah mengarah pada pembinaan dengan spesifikasi cabang olahraga menuju pertandingan yang sesungguhnya.

Prestasi seorang atlet ditentukan oleh kualitas latihan, sedangkan latihan yang berkualitas dapat dicapai apabila didukung dengan berbagai ilmu penunjang lainnya, seperti psikologi, anatomi, fisiologi, biomekanika, statistika, tes dan pengukuran, belajar dan gerak, ilmu pendidikan, ilmu gizi, sejarah, sosiologi, serta kesehatan dan olahraga (Djoko Pekik, 2017: 2).

Untuk mencapai ketepatan gerak pada teknik dalam pertandingan memerlukan

pemilihan waktu yang tepat dan posisi yang tepat untuk mendapatkan keberhasilan dalam melakukan teknik tersebut. Jika diidentifikasi dari teknik pelaksanaan gerak, keterampilan yang kaya akan teknik dinilai penting untuk dikuasai oleh atlet Pencak Silat kategori tanding.

Penelitian ini akan membahas tentang seluruh teknik dan taktik bertanding yang efektif dengan mempertimbangkan beberapa aspek dengan cara atlet menggunakan keterampilan fisik, strategi, dan pemikiran dalam pertandingan. Secara umum penelitian ini dapat mencakup beberapa hal, seperti teknik dasar dan lanjutan, seperti serangan (pukul, tendang, sapuan), pertahanan (bloking, menghindar) dan Gerakan kombinasi *counter attack* pengelolaan jarak tembak serangan, pemilihan momentum menyerang dan bertahan, dan membaca gerakan serangan lawan.

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan, atlet dalam pertandingan tidak menggunakan teknik dan taktik secara efektif dan efisien. Hal tersebut, salah satunya

disebabkan oleh kebiasaan buruk atlet pada saat latihan yang di bawa dalam pertandingan. Oleh karena itu, peneliti beranggapan bahwa perlu adanya penelitian mengenai analisis banyaknya penggunaan teknik dan taktik dalam pertandingan Pencak

Silat kategori tanding agar dapat membantu pelatih dalam menyusun program latihan yang efektif dan efisien untuk para atletnya. Dengan demikian, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Analisis Teknik dan Taktik dalam Bertanding untuk Meningkatkan Kualitas Atlet Pencak Silat Club Binaan Prestasi Cirebon Timur”.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode obeservasi/survei dengan menggunakan pendekatan kuantitatif.(Bayusro & Sudarjat, 2014) Secara umum, penelitian diartikan sebagai suatu proses pengumpulan dan analisis data yang dilakukan secara sistematis dan logis untuk mencapai tujuan tertentu. Pengumpulan dan analisis data menggunakan metode-metode ilmiah, baik yang bersifat kuantitatif dan kualitatif, eksperimental

atau non eksperimental, interaktif atau non interaktif. Metode-metode tersebut telah dikembangkan secara intensif, melalui berbagai uji coba sehingga telah memiliki prosedur yang baku.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode eksperimen dengan dilaksanakannya proses sparing pada beberapa Atlet Pencak Silat Binaan Prestasi Cirebon Timur hal ini bertujuan untuk mendapatkan data taktik dan strategi yang akurat agar bisa dipraktikan langsung pada saat pertandingan. Dalam penelitian ini menggunakan teknik “*purposive*” dengan sampel atlet Club Binaan Prestasi Cirebon Timur sejumlah 14 Atlet Pencak Silat kategori tanding.

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dilapangan dianalisis dengan menggunakan analisis kualitatif dan analisis kuantitatif. Analisis kualitatif dipergunakan untuk menjelaskan, menggambarkan, dan menafsirkan hasil penelitian dengan menggunakan susunan kata dan kalimat sebagai jawaban atas permasalahan yang peneliti yaitu penggunaan teknik dan taktik dalam pertandingan Pencak Silat atlet remaja kategori tanding. Suatu data yang telah dikumpulkan dalam penelitian akan menjadi tidak bermakna apabila tidak

dianalisis atau di olah dan di interpretasikan.

Penghitungan Persentase:

Merupakan nilai suatu perbandingan jika dijadikan dalam skala seratus.

Dengan rumus :

$$P = f/N \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

f = Jumlah Teknik atau taktik yang menghasilkan nilai

N=Frekuensi total atau keseluruhan nilai Teknik atau taktik (Anas Sudjiono, 2012:43)

Data yang telah dirubah dalam bentuk persentase kemudian dianalisis dalam kategori kualitatif. Skor tertinggi ideal apabila dipersentasekan akan diperoleh jumlah 100% dan jumlah terendah ideal apabila dipersentasekan diperoleh jumlah 0%. Setiap jumlah persentase dibuat rentang 0% sampai dengan 100% yang dibagi menjadi lima kelas interval yang merupakan kriteria sebagai acuan kategori kualitatif.

### **C.Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis teknik dan taktik kategori tanding dalam Uji Tanding cabang olahraga pencak silat Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon Analisis dilakukan pada pertandingan putra dan putri Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon deskripsi analisis teknik dan taktik kategori tanding adalah sebagai berikut:

1. Hasil Analisis Teknik Kategori Tanding Dalam Uji Tanding cabang olahraga pencak silat Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon

Hasil analisis teknik kategori tanding dalam penelitian ini di dasarkan pada pertandingan cabang olahraga pencak silat Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon Pertandingan putra dan pertandingan putri. Deskripsi analisis teknik dan taktik kategori tanding adalah sebagai berikut.

- a. Hasil Presentase Teknik Atlet Putra

Hasil presentase taktik Uji Tanding cabang olahraga pencak silat

Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur

| <b>Nama Presentase Teknik Putra</b> |              |     |    |                |     |    |                |     |    |
|-------------------------------------|--------------|-----|----|----------------|-----|----|----------------|-----|----|
| <b>Atlet</b>                        | <b>Pukul</b> |     |    | <b>Tendang</b> |     |    | <b>Jatuhan</b> |     |    |
|                                     | F            | N   | P  | F              | N   | P  | F              | N   | P  |
| Faqih                               | 3            | 15  | 20 | 3              | 15  | 20 | 2              | 15  | 13 |
| Iwan                                | 6            | 30  | 20 | 8              | 30  | 26 | 3              | 30  | 10 |
| Ridwan                              | 4            | 17  | 23 | 4              | 17  | 23 | 5              | 17  | 29 |
| Dayat                               | 8            | 34  | 23 | 1              | 34  | 2  | 8              | 34  | 23 |
| Shaka                               | 7            | 53  | 13 | 8              | 53  | 15 | 10             | 53  | 18 |
| Ropi                                | 6            | 23  | 26 | 1              | 23  | 4  | 5              | 23  | 21 |
| Ucup                                | 3            | 45  | 6  | 8              | 45  | 17 | 9              | 45  | 20 |
| Gazri                               | 13           | 54  | 24 | 10             | 54  | 18 | 7              | 54  | 12 |
| Lukman                              | 4            | 52  | 7  | 4              | 52  | 7  | 11             | 52  | 12 |
| Haidar                              | 7            | 47  | 14 | 17             | 47  | 36 | 2              | 47  | 36 |
| Jumlah                              | 61           | 370 | 16 | 64             | 370 | 17 | 62             | 370 | 16 |

dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon putra kategori tanding dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 1 Hasil Presentase Teknik Atlet Putra**

Berdasarkan hasil analisis pada persentase teknik pada Uji Tanding Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur Dengan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon atlet putra diperoleh, diketahui persentase yang tertinggi adalah jatuhan atas nama Haidar dengan persentase 36 % dan yang ke dua atas nama Ridwan dengan presentase 29% dan yang ke tiga atas nama Dayat dengan presentase 23%, pada presentasi

Tendangan Nilai tertinggi diperoleh atas nama Haidar dengan presentase 36% dan yang ke dua atas nama Iwan dengan presentase 26% dan yang ke tiga atas nama Ridwan dengan presentase 23%, pada presentasi pukulan nilai tertinggi diperoleh atas nama Ropi dengan persentase 26% dan yang ke dua atas nama Gazri dengan presentase 24% dan yang ke tiga memiliki dua hasil yang serupa yaitu atas nama Ridwan dan Dayat dengan presentase 23%.

**Tabel 2 Hasil Presentase Teknik Atlet Putri**

| <b>Nama</b>  | <b>Presentase Teknik Putri</b> |     |    |                |     |    |                |     |    |
|--------------|--------------------------------|-----|----|----------------|-----|----|----------------|-----|----|
|              | <b>Pukul</b>                   |     |    | <b>Tendang</b> |     |    | <b>Jatuhan</b> |     |    |
| <b>Atlet</b> | F                              | N   | P  | F              | N   | P  | F              | N   | P  |
| Clarisa      | 4                              | 32  | 12 | 8              | 32  | 25 | 4              | 32  | 12 |
| Sapina       | 2                              | 25  | 8  | 6              | 25  | 24 | 3              | 25  | 12 |
| Sekar        | 1                              | 33  | 3  | 10             | 33  | 30 | 4              | 33  | 12 |
| Yasmin       | 2                              | 20  | 10 | 3              | 20  | 15 | 4              | 20  | 20 |
| Jumlah       | 9                              | 110 | 8  | 27             | 110 | 24 | 15             | 110 | 13 |

Berdasarkan hasil analisis pada persentase teknik pada Uji Tanding Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur Dengan Pagar Nusa Kabupaten atlet putri diperoleh, diketahui persentase yang tertinggi adalah Tendangan atas nama Sekar dengan persentase 30 % dan yang ke dua atas nama Clarisa dengan presentase 25%, pada presentasi Jatuhan Nilai tertinggi diperoleh atas nama Yasmin

dengan presentase 20% dan sisanya atasnama Clarisa,Sapina dan Sekar memiliki presentase yg sama yaitu 12% pada presentasi pukulan nilai tertinggi diperoleh atas nama Clarisa dengan persentase 12% dan yang ke dua atas nama Yasmin dengan presentase 10%.

**Tabel 3 Hasil Presentase Taktik Atlet Putra**

| Nama Atlet | Presentase Taktik Putra |       |     |          |        |     |
|------------|-------------------------|-------|-----|----------|--------|-----|
|            | Menyerang               |       |     | Bertahan |        |     |
|            | F                       | N     | P   | F        | Poin P |     |
|            | (BPS)                   | (BPS) |     | (PN)     | (PN)   |     |
| Faqih      | 8                       | 15    | 53% | 12       | 30     | 40% |
| Iwan       | 17                      | 30    | 56% | 11       | 18     | 61% |
| Ridwan     | 13                      | 17    | 76% | 7        | 13     | 53% |
| Dayat      | 17                      | 34    | 50% | 7        | 15     | 46% |
| Shaka      | 25                      | 53    | 47% | 17       | 31     | 54% |
| Ropi       | 12                      | 23    | 52% | 9        | 17     | 52% |
| Ucup       | 20                      | 45    | 44% | 15       | 28     | 53% |
| Lukman     | 19                      | 52    | 36% | 14       | 32     | 43% |
| Gazri      | 30                      | 54    | 55% | 14       | 24     | 58% |
| Haidar     | 26                      | 47    | 55% | 14       | 24     | 58% |
| Jumlah     | 187                     | 370   | 50% | 120      | 51     | 14% |

Berdasarkan hasil analisis pada persentase taktik pada Uji Tanding Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur Dengan Pagar Nusa Kabupaten atlet putra diperoleh, diketahui persentase yang tertinggi Menyerang adalah atas nama

Ridwan dengan persentase 76 % dan yang ke dua atas nama Iwan dengan presentase

| Nama Atlet | Presentase Taktik Putri |       |     |          |      |     |
|------------|-------------------------|-------|-----|----------|------|-----|
|            | Menyerang               |       |     | Bertahan |      |     |
|            | F                       | N     | P   | F        | N    | P   |
|            | (BPS)                   | (BPS) |     | (PN)     | (PN) |     |
| Clarisa    | 16                      | 32    | 50% | 16       | 31   | 51% |
| Sapina     | 15                      | 25    | 60% | 9        | 21   | 42% |
| Sekar      | 15                      | 33    | 45% | 9        | 18   | 50% |
| Yasmin     | 9                       | 20    | 45% | 7        | 16   | 45% |
| jumlah     | 55                      | 110   | 50% | 41       | 86   | 47% |

56% dan yang ke tiga atas nama Gazri dan Haidar dengan presentase 55%, pada presentasi Bertahan Nilai tertinggi diperoleh atas nama Iwan dengan presentase 61% dan yang ke dua atas nama Gazri dan Haidar dengan presentase 58% dan yang ke tiga atas nama Shaka dengan presentase 54%.

**Tabel 4 Hasil Presentase Taktik Atlet Putri**

Berdasarkan hasil analisis pada persentase taktik pada Uji Tanding Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur Dengan Pagar Nusa atlet putri diperoleh, diketahui persentase yang tertinggi Menyerang adalah atas nama Sapina dengan persentase 60% dan yang ke dua atas nama Clarisa dengan presentase 50%, pada presentasi Bertahan Nilai tertinggi diperoleh atas nama Clarisa dengan presentase 51% dan yang ke dua atas nama Sekar dengan presentase 50%.

### **E. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa: Hasil analisis penelitian pada Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon putra didapatkan presentase teknik yang poinnya tinggi adalah teknik jatuhan sebanyak 36% dan Hasil analisis penelitian pada atlet Teknik Putri didapatkan presentase teknik yang poinnya tinggi adalah teknik Tendangan sebanyak 30%.

Hasil analisis penelitian Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon pada atlet putra didapatkan presentase taktik yang presentase poinnya tinggi adalah taktik menyerang 76% dan Hasil analisis penelitian dari seluruh pertandingan Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon pada atlet Putri didapatkan presentase taktik yang presentase poinnya tinggi adalah taktik bertahan sebanyak 60%.

Berdasarkan hasil analisis Analisis persentase Teknik Dan Taktik Katagori Tanding Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon diketahui bahwa

dalam setiap pertandingan mempunyai tingkat persentase poin yang berbeda-beda. Hasil di atas menunjukan jika Teknik jatuhan (36%) dan (30%) Tendangan lebih banyak digunakan oleh atlet dan lebih banyak menghasilkan poin banyak. Hal tersebut dikarenakan teknik ini secara efektif dan efisien. Jika lawan dapat jatuh, maka atlet mendapatkan nilai tinggi yang jelas dan jika tendangan masuk telak tanpa ada tangkisan maka atlet akan mendapatkan nilai tertinggi ke dua bahkan jika bisa menjatuhkan lawan atau menendang hingga tidak bisa melanjutkan pertandingan tersebut, dinyatakan menang dengan kemenangan teknik. dan taktik yang efektif dan efisien pada Atlet Binaan Prestasi Cirebon Timur dengan Perguruan Pagar Nusa Kabupaten Cirebon atlet putra adalah taktik menyerang (76%), dan taktik pada atlet putri adalah taktik (60%)..

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Bayusro, A., & Sudarjat, A. (2014). Analisis Teknik Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding Level Elit. *Sportology Journal*, 27–34. <http://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/sj/article/view/1994%0Ahttp://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/sj/article/download/1994/1159>
- Irianti, Djoko Pekik. (2017). *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga Dan Olahragawan*. PT Midas Surya Grafindo.



Sugiyono. (2012). Kebugaran Jasmani.  
Yogyakarta : Jogja Global Media.

Sukarman, M. (1987). Dasar Olahraga :  
Untuk Pembina Pelatih dan Atlet. Jakarta:  
Yogyakarta : CV. ANDI OFFSET.