

ANALISIS TINGKAT PEMAHAMAN WASIT JURI KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH TERHADAP PERATURAN TERBARU PERTANDINGAN PENCAK SILAT DALAM KATEGORI TANDING

Muhammad Rizky Abdillah ^a, Norma Anggara ^b, Akhmad Amirudin ^c

^{abc} Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

email: ^a rizkybarabai47@gmail.com, ^b norma.anggara@ulm.ac.id, ^c akhmad.amirudin@ulm.ac.id

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Menerima 22 April 2024

Revisi 8 Juni 2024

Diterima 15 Juli 2024

Online 16 Juli 2024

Kata kunci:

Pemahaman, Wasit juri, Pencak Silat, Kategori Tanding

Keywords:

Comprehension, Referee judges, Pencak Silat, Sparring Category.

ABSTRAK

Penelitian melibatkan metode deskriptif dengan basis yang merujuk ke ranah kuantitatif, dan melibatkan pihak populasi dengan cakupan 10 wasit juri, serta penetapan sampelnya diambil 5 responden dengan keterlibatan metode spesifik yakni *purposive sampling*. Sedangkan instrumen yang dikaitkan dengan riset ini sifatnya survei pengumpulan sejumlah data kuesioner dan dokumentasi. Subjek penelitian ini adalah wasit juri kabupaten Hulu Sungai Tengah. Analisis yang dilakukan adalah dengan menggunakan teknik penyebaran angket dengan *Google Form*. Penelitian ini menunjukkan terkait temuan hasil menyeluruh atas jawaban wasit dan juri dengan sajian presentase. Ada enam indikator yang diulik secara mendetail, di antaranya terdapat 3 kategori indikator Sangat Tinggi, dan 3 kategori indikator Tinggi. Pada ketentuan prosedur penimbangan 87% Sangat Tinggi, Larangan/pelanggaran pertandingan 80% Sangat Tinggi, kategori pertandingan 80% Sangat Tinggi, Ketentuan Perlengkapan Atlet/Pesilat 67%, Teknik yang digunakan 75%, Peringatan dan Hukuman 60%. Seluruh hasil data rata-rata terkait derajat pemahaman pihak wasit juri Kabupaten Hulu Sungai Tengah, meraup persentase yakni 64% dengan kategorisasi tinggi. Secara keseluruhan yang dapat kita ambil dalam analisis tingkat pemahaman dari pihak responden tersebut diputuskan memahami aturan dengan kategorisasi yang baik terkait pertandingan pencak silat terbaru dan mengenai protokol dari segi tata selenggara atas pertandingan pencak silat yang dilangsungkan. Pihak wasit sekaligus juri yang terlibat dalam riset ini harus senantiasa memaksimalkan pemahaman terkait aturan yang sifatnya kebaruaran untuk kepentingan pengaturan atas integritas yang tinggi untuk menjunjung keadilan dalam ranah pertandingan di samping memberikan kepastian atas pelanggaran dalam wujud apapun juga yang bisa diatasi dengan maksimal. Pada intinya pihak peneliti memberikan rekomendasi kepada peneliti di masa mendatang untuk mengupayakan skema latihan atau penataan dan mempertimbangkan pengadaan pretest maupun post test yang bersinggungan dengan topik ini. Adapun pesan yang tersirat diperuntukkan bagi pihak wasit maupun juri terkhusus Kabupaten Hulu Sungai Tengah, untuk senantiasa mengadakan refreshing sebagai wujud upgrade berbasis personal yang ada keterkaitan kuat dengan aturan dari pencak silat tersebut.

Style APA dalam mensitasi

ABSTRACT

artikel ini:

Muhammad Rizky Abdillah, Norma Anggara, Akhmad Amirudin. (2024). Analisis Tingkat Pemahaman Wasit Juri Kabupaten Hulu Sungai Tengah Terhadap Peraturan Terbaru Pertandingan Pencak Silat Dalam Kategori Tanding. *Jurnal Ilmiah Penjas* (10.2) (298-308).

This research aims to determine the level of understanding of a jury referee in Hulu Sungai Tengah district. This research uses quantitative descriptive methods with a population of 10 jury referees and a sample taken of 5 respondents using the purposive sampling method. The instruments used are surveys, data collection, questionnaires and documentation. The subject of this research is the jury referee for Hulu Sungai Tengah district. The analysis carried out was using a questionnaire distribution technique using Google Form. This research shows that the overall results of the referee's and jury's answers are presented in percentage form. There are 6 indicators studied, including 3 categories of Very High indicators, and 3 categories of High indicators. in terms of weighing procedures 87% Very High, Prohibitions/competition violations 80% Very High, competition categories 80% Very High, Equipment Requirements for Athlete/Pesilat 67%, Techniques used 75%, Warnings and Punishments 60%. All data results mean the understanding level of the referees for the Hulu Sungai Tengah district is 64%, which is included in the high category. Overall, what we can take from the Analysis of the Level of Understanding is that referees and judges in Hulu Sungai Tengah Regency have a good understanding of the latest pencak silat competition regulations and protocols in holding pencak silat matches. Referees and judges must continue to increase their understanding of the latest regulations governing the conduct of matches and the importance of upholding integrity in match fairness, while ensuring that any violations can be dealt with properly. Thus, the researcher recommends to future researchers to carry out training/upgrading as well as carry out pre-tests and post-tests related to understanding the rules of the latest pencak silat competitions. The referees and judges of Hulu Sungai Tengah Regency need to hold something called refreshing as a form of personal upgrade regarding pencak silat regulations.

1. Pendahuluan

Pencak silat yang berasal dari Indonesia merupakan seni bela diri tradisional dan sebagai warisan leluhur budaya nusantara (Darmawan et al., 2023). Menyinggung soal seni bela tersebut, sebenarnya tidak melulu dikaitkan dengan unsur pembelaan semata tapi juga ada keterkaitan kuat dengan wujud pertahanan diri di tiap-tiap gerakan dengan unsur ke estetikaan yang ada kandungan energi kekuatan di dalamnya (Muhtar, 2020; Sudiana & Sptyanawati, 2023). Tidak hanya sebagai alat untuk mempertahankan diri, namun terdapat unsur keindahan di dalamnya (Hidayat, 2020).

Mental training bagi atlet merupakan komponen esensial dalam meningkatkan performa di lapangan. Selain keterampilan fisik dan strategi permainan, kemampuan untuk mengelola tekanan, fokus, dan motivasi sangat menentukan keberhasilan seorang atlet. Program mental training yang efektif dapat membantu atlet dalam mengembangkan ketahanan mental, visualisasi positif, dan teknik relaksasi, sehingga mereka mampu menghadapi tantangan kompetisi dengan lebih percaya diri dan tenang (Pratiwi et al., 2023). Korelasi yang melibatkan pola konsumsi atas keterkaitan gizi yang melibatkan prestasi para atlet sangatlah erat dan saling mempengaruhi (Dwijayanti et al., 2023). Nutrisi yang tepat dan seimbang dapat meningkatkan energi, kekuatan, dan daya tahan tubuh yang semuanya berkontribusi pada performa optimal selama latihan dan pertandingan (Lengkana & Muhtar, 2021). Atlet yang mengonsumsi makanan bergizi seimbang cenderung memiliki status gizi yang baik yang mendukung pemulihan cepat, mengurangi risiko cedera, dan meningkatkan konsentrasi serta fokus, sehingga pada akhirnya mampu mencapai prestasi yang lebih tinggi (Anggara, 2017).

Seiring berkembangnya seni bela diri pencak silat, ditetapkan sebagai satu dari banyaknya cabang keolahragaan yang mengedepankan unsur prestasi dan kemudian diupayakan komparasi dengan cakupan minat yang cukup masih di kalangan masyarakat terutama para pelajar dan mahasiswa yang menaruh minat berlebih dari kegiatan tersebut (Purwanto & Nugroho, 2022). Dalam dunia olahraga, peran wasit dan juri sangatlah penting untuk menjamin pelaksanaan pertandingan yang adil dan sesuai dengan aturan yang berlaku. Keputusan yang mereka buat sering kali menentukan hasil akhir sebuah pertandingan, dan karenanya, pemahaman yang mendalam tentang peraturan dan prinsip-prinsip yang mendasarinya menjadi krusial (Candra, Prasetyo & Rahmadani, 2023).

Studi ini mengemban tujuan spesifik untuk kepentingan penganalisisan terkait derajat pemahaman pihak wasit sekaligus juri yang dikaitkan oleh aturan maupun prosedur dalam cabang olahraga tertentu. Melalui analisis ini, diharapkan

dapat ditemukan faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas keputusan mereka, serta sejumlah usaha yang bisa diimplementasikan dengan keterkaitan pada pemaksimalan kompetensi maupun akurasi dalam menjalankan tugas mereka. Penguasaan suatu pemahaman yang kompleks terkait aturan dalam beladiri pencak silat sebenarnya ada kedudukan krusial yang memiliki keterkaitan dengan aspek pertandingan (Anessa & Prabowo, 2024). Melalui keterlibatan yang berkaitan pada aspek pemahaman atas aturan yang sudah dibuat sedemikian rupa maka pihak wasit sekaligus juri bisa melakukan penentuan atas nilai yang berlangsung dalam event pertandingan. Hal ini juga berlaku ketika para pesilat melakukan serangkaian gerakan yang sifatnya bertahan atau dikaitkan dengan unsur serangan tapi tidak sejalan dengan aturan yang sudah diputuskan dalam konteks pertandingan, maka pihak wasit maupun jurnya dapat memberikan semacam konsekuensi sanksi kepada pelaku atas tindakan pelanggaran yang sudah dilakukan secara tindakannya (Ferdian, Kholis & Firdaus, 2021). Poin dan pelanggaran yang terjadi di ranah pertandingan sebagaimana yang sudah diputuskan dalam representasi penilaian atas persepsi dari pihak wasit maupun jurnya. Realitas ini menjadikan hasil dari keakuratan perspektif maupun unsur keadilan dalam pemberian poin maupun penentuan pelanggaran yang disampaikan pihak wasit ataupun juri menjadi hal yang sangat memutuskan atas hasil akhir dari pertandingan yang tengah berlangsung (Wahyuningtyas et al., 2024). Kendati demikian dalam replika mekanisme atas penilaian acap kali ada unsur perbedaan perspektif mengenai kedua kubu yakni pihak wasit dan pihak pelatih yang bersangkutan. Tentunya realitas ini dikaitkan dengan minimnya pola berpikir ataupun keterjangkauan pemahaman dari kedua pihak tersebut (Hadi, 2015). Akan tetapi dewasa ini dapat teridentifikasi di suatu konsep pertandingan seni bela diri pencak silat masih memunculkan sejumlah kasus cedera yang sering tertangkap oleh kategorisasi dari pertandingan di ranah tersebut (Wahyuningtyas et al., 2024). Sejumlah atlet mengalami cedera saat bertanding di mana hal tersebut sangat terkait dengan penggunaan suatu aturan yang diberlakukan dalam pertandingan pencak silat bisa dikomparasikan dengan

aturan pertandingan yang diberlakukan pada momen sebelumnya. Dikarenakan ada sejumlah penambahan teknik khusus yang sifatnya cukup baru sehingga perlu memperhatikan dengan lebih jeli misalnya pada komponen tarikan ataupun kunci (Rosmayani, Wardoyo & Jauhari, 2023). Realitas tersebut memberikan probabilitas yang dikaitkan oleh pemahaman pihak wasit dan juri yang dinilai belum maksimal dari segi pemahaman atas aturan dari seni bela diri ini yang pada intinya justru dikaitkan dengan skema pertandingan untuk dimenangkan salah satu pihak (Ihsan, 2018). Mempertimbangkan sejumlah poin yang sudah dipaparkan dalam sajian latar belakang di mana hal ini sangat berkaitan dengan kejadian konkrit di lapangan maka perlu peran dari pihak wasit sekaligus juri dalam penguasaan atas unsur ke pemahaman mengenai aturan yang sifatnya sudah diperbarui dengan lebih komprehensif. Oleh karenanya, tujuan riset ini merujuk pada aspek kebergunaan dalam penilaian terkait pemahaman pihak wasit sekaligus juri yang secara khusus merujuk pada objek di kawasan Kabupaten Hulu Sungai Tengah terkait aturan yang bersifat kebaruan atas pola tanding dari seni bela diri pencak silat (Firdaus, 2023).

2. Metode

Jenis riset yang dilibatkan untuk kepentingan studi ini mengacu pada basis kuantitatif yang mengaitkan metode survei untuk kepentingan penghimpunan sejumlah data yang wujudnya non eksperimen dengan keterkaitan kuesioner secara khusus (Rachma & Rezania, 2022). Adapun sampel yang dilibatkan untuk kepentingan studi ini merujuk pada eksistensi dari pihak wasit sekaligus juri pencak silat di kawasan Kabupaten Hulu Sungai Tengah dengan kategorisasi usia aktif 19-28 tahun dengan jumlah populasi 10 wasit juri dan sampel yang diambil 5 responden dengan menggunakan metode *purposive* sampling (Sugiyono, 2016). Perihal sebaran angket yang terkait dengan riset ini, pihak peneliti mengaitkannya dengan pengadaan melalui Google form. Berlanjut ke penentuan interval yang menitikberatkan pada norma penilaian atas sajian tabel yang sudah dipaparkan secara rinci di bawah (Arikunto, 2006).

Tabel 1. Norma Penilaian

NO	INTERVAL ANGKA	INTERVAL PERSEN	KATEGORI
1	16 - 20	76 - 100%	Sangat Tinggi
2	11 - 15	51 - 75%	Tinggi
3	6 - 10	26 - 50%	Rendah
4	0 - 5	0 - 25%	Sangat Rendah

Adapun instrumen riset terkait pemahaman pihak wasit sekaligus juri yang melibatkan kawasan Kabupaten Hulu Sungai Tengah terkait sejumlah aturan yang sifatnya kebaruan mengenai pertandingan pencak silat untuk kategori tanding akan dipaparkan dengan skema yang lebih rinci di bawah.

Tabel 2. Instrumen penelitian Tentang Tingkat Pemahaman Wasit dan Juri Kabupaten Hulu Sungai Tengah

Variabel	Indikator	No. Butir	Σ
Tingkat Pemahaman Wasit Dan Juri Kabupaten Hulu Sungai Tengah Terhadap Peraturan Pertandingan Pencak Silat Terbaru Kategori Tanding	Ketentuan Prosedur Penimbangan	1,2,3	3
	Ketentuan Perlengkapan Atlet/Pesilat	4,5,6	3
	Teknik yang digunakan	7,8,9,10	4
	Larangan/Pelanggaran Pertandingan	11,12,13,14,15	5
	Peringatan dan Hukuman	16,17,18,19	4
	Kategori Pertandingan	20	1
Jumlah			20

Pengambilan data penelitian melibatkan skala khusus yang mengarah pada panduan Guttman melibatkan opsi spesifik terkait mana yang kategorisasinya "benar" dan yang kategorisasinya "salah" (Wahyuningtyas et al., 2024). Dengan keterlibatan atas kuantitas soal dalam representasi angket besarnya yakni 20 opsi soal yang akan diujikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 3. Nilai Kuesioner Wasit Juri Kab. Hulu Sungai Tengah

No	Nama	Frekuensi Jawaban Benar	Nilai Skor	Kategori
1	MRA	20	100%	Sangat Tinggi
2	MHP	16	80%	Sangat Tinggi
3	FA	13	65%	Tinggi
4	RJ	16	80%	Sangat Tinggi
5	RZ	10	50%	Rendah
Rata-rata Nilai			75%	Tinggi

Tabel. 3 menunjukkan dengan sangat gamblang terkait nilai atas kuesioner, pihak wasit juri Kabupaten Hulu Sungai Tengah, bisa dipahami keterkaitan nilai untuk kategorisasinya sangat tinggi ada 3 individu, dan untuk kategorisasi yang cenderung tinggi hanya ada 1, sementara kategorisasi yang tergolong rendah juga 1 individu, sementara mean atas sampel yang didapatkannya perolehan persentase ialah 75%, yang mana hal ini masuk ke kategorisasi tinggi.

Tabel 4. Hasil Persentase Indikator Peraturan Pertandingan

Indikator	Butir Soal	Jumlah Soal	Jumlah Sampel	Jawab Benar	(%)	Kategori
Ketentuan Prosedur Penimbangan	1,2,3	3	5	13	7%	Sangat Tinggi

Ketentuan perlengkapan Atlet/Pesilat	4,5,6	3	5	10	7%	Tinggi
Teknik yang digunakan	7,8,9,10	4	5	15	75%	Tinggi
Larangan/Pelanggaran pertandingan	11,12,13,14,15	5	5	20	80%	Sangat Tinggi
Peringatan dan Hukuman	16,17,18,19	4	5	12	60%	Tinggi
Kategori Pertandingan	20	1	5	4	80%	Sangat Tinggi
Rata-rata % Indikator peraturan pertandingan					64%	Tinggi

Pada Tabel. 4 menunjukkan perihal hasil dari persentase mengenai indikator sejumlah poin di dalam komponen aturan pertandingan yang dapat dipahami bersama terkait persentase paling tinggi yang ada dalam indikator kategori pertandingannya yakni 80%. Untuk kategorisasi yang terbilang sangat tinggi merujuk pada sub indikator terkait ketentuan prosedur penimbangan di mana persentasenya yakni 87%. Kategorisasi sangat tinggi dengan mean persentase tiap-tiap indikatornya yakni 64%, yang mana angka tersebut juga masuk ke ranah yang basisnya tinggi. Penelitian ini menunjukkan jika keseluruhan hasil dari jawaban yang dikemukakan pihak wasit sekaligus juri dalam wujud persentase dapat merepresentasikan banyak hal secara kompleks. Ada 6 indikator yang dikaji secara mendetail, di antaranya terdapat 3 kategori indikator Sangat Tinggi, dan 3 kategori indikator Tinggi. Pada ketentuan prosedur penimbangan 87% Sangat Tinggi, Larangan/pelanggaran pertandingan 80% Sangat Tinggi, kategori pertandingan 80% Sangat Tinggi, Ketentuan Perlengkapan Atlet/Pesilat 67%, Teknik yang digunakan 75%, Peringatan dan Hukuman 60%. Seluruh hasil dari mean alias rata-rata terkait

tingkat pemahaman pihak wasit sekaligus curi untuk kawasan Kabupaten Hulu Sungai Tengah besaran persentasenya yakni 64%, sedangkan kategorisasinya masuk ke ranah yang tinggi. Hal ini memicu respon yang menjadikan kedua pihak tersebut wajib meningkatkan pemahaman secara komprehensif terkait kategorisasi yang diperuntukkan bagi aspek penegakan keadilan pada aturan terbaru untuk kepentingan pertandingan, sehingga bisa Dengan leluasa memahami serangkaian jenis hukum untuk tiap-tiap tindakan pelanggaran ketika pertandingan berlangsung dari awal hingga akhir (Hadian, Harlianto & Yanto, 2008; Suwiwa, Santyasa & Kirna, 2016) Kedua belah pihak yakni pihak juri dan wasit tidak hanya berperan pada aspek penegakan aturan mengenai hukum yang berlaku, tapi juga mengemban peran krusial dari segi penjaminan mutu atas keadilan dan suportivitas dari pertandingan yang berlangsung (Wahyudi & Natalia, 2021) Pihak wasit ataupun juri diminta untuk melakukan penjagaan yang ketat agar tidak ada unsur keberpihakan dalam pertandingan dan bisa melakukan putusan konkrit mengenai aspek penilaian yang dirasa paling tepat untuk mengedepankan integritas ketika pertandingan berlangsung dari awal sampai akhir (Wahyuningtyas et al., 2024). Mempertimbangkan realitas tersebut maka keseluruhan hasil dari jawaban pihak wasit sekaligus juri momen pencak silat kategori tanding di kawasan Kabupaten Hulu Sungai Tengah, ketika mengupayakan pimpinan dari skema tanding atas beladiri tersebut. Selanjutnya mengenai petugas teknis maupun wasit juri juga sama-sama bisa melaksanakan dengan maksimal dan mengedepankan ketersesuaian atas aturan yang diberlakukan secara suportif (Utama, 2013).

4. Simpulan

Secara keseluruhan yang dapat kita ambil dalam Analisis Tingkat Pemahaman wasit dan juri di Kabupaten Hulu Sungai Tengah mengemban pemahaman untuk kategorisasi yang baik terkait aturan pertandingan pencak silat terbaru, maupun protokol yang dilibatkan demi tata selenggara pertandingan seni bela diri tersebut. Kedua belah pihak, yakni juri maupun wasit, harus senantiasa memaksimalkan

pemahaman mereka terkait aturan yang sifatnya selalu baru, untuk kepentingan memandu jalannya pertandingan dan mengedepankan integritas demi memupuk rasa keadilan sewaktu momen pertandingan berlangsung, dan memberikan kepastian sejumlah pelanggaran apa saja yang berhasil teridentifikasi untuk bisa diatasi dengan cara seadil-adilnya. Pemaksimalan pemahaman ini akan memberikan semacam dorongan yang membantu wasit dan juri untuk melaksanakan sejumlah poin-poin tanggung jawabnya dan dinilai lebih efisien dengan keteraturan dari aturan pertandingan itu sendiri. Terdapat satu wasit dan juri Kabupaten Hulu Sungai Tengah yang kurang paham terkait indikator peraturan pertandingan pencak silat tahun 2022 dan revisi tahun 2023. Pada intinya pihak peneliti memberikan rekomendasi kepada peneliti di masa mendatang untuk mengupayakan skema latihan atau penataan dan mempertimbangkan pengadaan pretest maupun post test yang bersinggungan dengan topik ini. Adapun pesan yang tersirat diperuntukkan bagi pihak wasit maupun juri terkhusus Kabupaten Hulu Sungai Tengah, untuk senantiasa mengadakan refreshing sebagai wujud upgrade berbasis personal yang ada keterkaitan kuat dengan aturan dari pencak silat tersebut.

5. Referensi

- Anessa, L. A., & Prabowo, B. Y. (2024). *Tingkat Kecemasan Wasit Sepak Bola C1 Asosiasi PSSI Provinsi Jambi Pada Saat Memimpin Pertandingan*. Universitas Jambi.
- Anggara, N. (2017). Hubungan Konsumsi Makan Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Penjas Peserta Didik Sma Kristen Banjarmasin. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 15(2).
- Arikunto, S. (2006). Metode penelitian kualitatif. *Jakarta: Bumi Aksara*, 168.
- Candra, O., Prasetyo, T., & Rahmadani, A. (2023). *Pembentukan Karakter Melalui Olahraga*. Eureka Media Aksara.
- Darmawan, A. D., Adelliana, A., Cahyani, E. D., & Triana, A. N. (2023). *Pencak Silat dan Nilai Sosial dalam Masyarakat : Literature Review Pencak Silat and Social Values in Society : Literature Review*. 4(November), 28–35.
- Dwijayanti, K., Nugroho, U., Rumpoko, S. S., Muryadi, A. D., & Sari, Y. K. (2023). The effect of bodyweight workout intensity on decrease the body mass index (BMI) in college students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 9(3), 536–549.

Ferdian, R. W., Kholis, M., & Firdaus, M. (2021). *Profil Kondisi Fisik Pada Atlet Ukm Pencak Silat Universitas Nusantara PGRI Kediri 2020*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Firdaus, A. S. (2023). *Pemahaman Guru Pjok Terhadap Materi Beladiri Pencak*.

Hadi, U. (2015). Pertanggungjawaban Pidana Terhadap Kematian Petinju Akibat Kealpaan Penyelenggara. *Al-Jinayah: Jurnal Hukum Pidana Islam*, 1(1), 129–167.

Hadian, S. U., Harlianto, T., & Yanto, Y. (2008). Alat Bantu Perwasitan pada Pertandingan Taekwondo. *Tesla: Jurnal Teknik Elektro*, 10(1), 221716.

Hidayat, H. (2020). Silat Pangian Hiliran Gumanti. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 123–132.

Ihsan, N. (2018). *Buku ajar pembelajaran pencak silat*. Rajawali Pers.

Lengkana, A. S., & Muhtar, T. (2021). *Pembelajaran Kebugaran Jasmani*. CV Salam Insan Mulia.

Muhtar, T. (2020). *Pencak silat*. UPI Sumedang Press.

Pratiwi, E., Mappaompo, M. A., Anggara, N., Wardhani, R., & Mulyadi, D. Y. N. (2023). Pembinaan Mental Training Terhadap Atlet Gulat Kota Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Olahraga Singaperbangsa*, 3(02), 6–11.

Purwanto, S., & Nugroho, A. (2022). *Beladiri*.

Rachma, F. Z. N., & Rezania, V. (2022). Analisis Dampak Pembelajaran Daring Terhadap Interaksi Sosial Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Sukodono. *Seminar Nasional Paedagoria*, 2, 67–74.

Rosmayani, R., Wardoyo, H., & Jauhari, M. (2023). Perbandingan Latihan Resistace Band dan Battle Rope Terhadap Peningkatan Daya tahan Otot Lengan. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 110–122.

Sudiana, I. K., & Spyanawati, N. L. P. (2023). *Keterampilan dasar pencak silat*. PT. RajaGrafindo Persada-Rajawali Pers.

Sugiyono. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D. *Bandung: Alfabeta*.

Suwiwa, I. G., Santyasa, I. W., & Kirna, I. M. (2016). Pengembangan multimedia interaktif pembelajaran pada mata kuliah teori dan praktik pencak silat. *Jurnal Teknologi Pembelajaran Indonesia*, 6(1).

Wahyudi, A. R., & Natalia, A. A. (2021). Pengaruh Faktor Non Teknis Pertandingan Dalam Penilaian Juri Kepada Atlet Pencak Silat. *JSES: Journal of Sport and Exercise Science*, 4(2), 14–20.

Wahyuningtyas, A. T., Wahyudi, A. R., Suyoko, A., Wijono, W., & Nirwansyah, W. T. (2024). Analisis Tingkat Pemahaman Wasit dan Juri Pencak Silat Kabupaten Ponorogo Pada Peraturan Terbaru. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(1), 15–20.