

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Pada zaman kuno nenek moyang Indonesia telah memiliki cara membela diri untuk dapat melindungi diri dan mempertahankan kelangsungan hidupnya, dari tantangan alam. Bela diri juga berkembang dari keterampilan suku-suku asli Indonesia dalam berburu dan berperang dengan menggunakan parang, perisai, dan tombak. Keberadaan pencak silat berasal dari masa kerajaan-kerajaan besar, seperti Kerajaan Sriwijaya yang memiliki pendekar dan prajurit yang mahir dalam bela diri. Sepanjang sejarah Indonesia, para pendekar dan pemudanya rela menggunakan kemampuan pencak silat mereka untuk memperjuangkan dan melindungi kemerdekaan bangsa dan negara.¹

Pencak silat merupakan salah satu warisan bangsa Indonesia yang patut dileskatkan karena dalam Latihan yang diberikan melalui pencak silat dapat membentuk karakter bangsa yang Tangguh, kuat, dan berbudi luhur serta menjadi Gambaran jati diri bangsa Indonesia, peran pencak silat cukup penting untuk meningkatkan sikap, mental dan kualitas generasi muda. Pelaksanaan Latihan pencak silat tidak hanya bersifat intelektual saja namun mencakup aspek fisik, mental, emosional, psikologis dan sosial.

Pencak silat adalah seni beladiri yang diciptakan untuk mempertahankan diri dari bahaya yang mengancam keselamatan hidup. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Pencak silat terdiri dari dua kata yaitu “pencak”

¹ Ketut Sudiana dan Ni Luh Putu Sepyanawati, *Keterampilan Dasar Pencak Silat*, (Depok: PT Rajagrafindo Persada, 2017) 1.

yang artinya permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, mengelak dan sebagainya. Sedangkan “silat” merupakan seni bela diri, sehingga di dalamnya terdapat unsur keindahan dan Tindakan.² Dari pengertian tersebut pencak silat dapat disimpulkan sebagai seni bela diri yang menggunakan Teknik dasar termasuk menangkis, menghindar, menyerang dan sebagainya yang digunakan dalam bersilat atau bertengkar. Terdapat induk organisasi pencak silat yang Bernama Ikatan Pencak Silat Indonesia atau yang biasa dikenal dengan sebutan IPSI. Pencak silat sendiri merupakan warisan yang patut untuk dijaga dan dikembangkan.³

Dalam pandangan Al-Qur`an pencak silat dapat dilihat dalam surat Al – Anfal ayat 60 berbunyi:

وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ

مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ ۗ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ ﴿٦٠﴾

Artinya: *Dan siapkanlah untuk menghadapi mereka kekuatan apa saja yang kamu sanggupi dan dari kuda-kuda yang di tambat untuk berperang (yang dengan persiapan itu) kamu mengagetarkan musuh Allah dan musuhmu dan orang-orang selain mereka yang kamu tidak mengetahuinya sedang Allah mengetahuinya. Apasaja yang kamu nafkahkan kejalan Allah niscaya akan dibalas dengan cukup kepadamu dan kamu tidak akan dianiaya.*⁴

Berdasarkan ayat diatas dapat diartikan bahwa Sebagai seorang Muslim, hendaknya mempersiapkan diri untuk menghadapi musuh Allah dengan segala kemampuan yang dimiliki, termasuk melalui pembelajaran ilmu pencak silat dan bela diri. Jika ilmu pencak silat dipelajari dengan niat untuk membela

² Suyyawan dkk, Pelatih Tahan Otot Berbeban ½ Kg 20 Repetisi 3 set Meningkatkan Frekuensi Pukulan Pendetangan Pada Anggota Pencak Silat Prisia Diri Ranting Sesetan, *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, Vol.5, No.2 (2019) 27.

³ Muhammad Mizanudin, dkk. “Pencak Silat Sebagai Hasil Budaya Indonesia Yang Mendunia”, *Prosiding SENASBASA*, (2019) 265.

⁴ Muhammad Syahdan Ridani, Dkk. “Korelasi Pencak Silat Sebagai Nilai-Nilai Agama” *Journal Islamic Education*, Vol, 1. No, 2 (2023) 208.

agama, maka hal ini akan menjadi pahala. Namun, jika tujuan mempelajarinya hanya untuk mengisi waktu luang atau sekadar hobi, maka hal tersebut dinilai sebagai sesuatu yang mubah (dibolehkan).

Di Indonesia banyak perguruan pencak silat yang tumbuh dan berkembang hingga saat ini, salah satunya persaudaraan setia hati terate. Persaudaraan setia hati terate merupakan PSHT adalah organisasi yang menyelenggarakan pendidikan non-formal dalam seni bela diri pencak silat dan budi pekerti. Sebenarnya PSHT merupakan organisasi pencak silat yang tergolong perguruan besar dari perguruan-perguruan pencak silat yang ada di Indonesia yang sampai saat ini, baik dalam negeri maupun luar negeri. PSHT didirikan oleh Ki Hajar Hardjo Utomo pada tahun 1922 di Madiun. Perguruan ini memiliki berbagai teknik bela diri yang unik dan efektif. Teknik-teknik ini meliputi pukulan, tendangan, bantingan, kuncian, dan teknik pertahanan diri lainnya. Selain itu, PSHT juga mengajarkan nilai-nilai moral dan etika kepada anggotanya. Seperti berbudi pekerti luhur, membina mental, percaya diri serta bertanggung jawab.⁵

Persaudaraan Setia Hati Terate memiliki ranting-ranting yang terletak di setiap kecamatan-kecamatan Indonesia. Salah satunya PSHT Ranting Pakong yang terletak di Jl. Raya Pakong No. 15, Desa Bicornong, Kec Pakong, Kab Pamekasa. Ranting Pakong adalah salah satu ranting psht yang di bawah naungan cabang pamekasan yang berfungsi sebagai wadah untuk berlatih dan mengembangkan kemampuan anggotanya.

⁵ Mohammad Alim Syafiqin, Dkk. "Analisis Lingkungan Organisasi Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Dalam Melatih Rasa Persaudaraan Dan Bersosialisasi Pada Sesame Siswa Dan Warga PSHT Rayon Dukuh Tengah" *Jurnal Akademik Pengabdian Masyarakat*, Vol. 1 No. 1 (2024) 31.

Penelitian ini hanya berfokus pada pembinaan mental dan kepercayaan diri pada siswa PSHT Ranting Pakong. Pembinaan mental adalah suatu proses untuk meningkatkan kemampuan individu yang dimana proses ini melibatkan pengolaah emosi, sikap positif, dan membentuk etika yang baik dengan tujuan menciptakan individu yang lebih seimbang secara emosional dan mampu beradaptasi dengan baik dalam lingkungan sosial. Pembinaan mental dalam pencak silat yaitu suatu proses untuk membentuk karakter, meningkatkan disiplin dan mengembangkan kesehatan psikologis, proses ini melibatkan latihan konsentrasi, pengelolaan emosi, penanaman nilai kejujuran, dengan demikian latihan tersebut tidak hanya kuat secara fisik melainkan juga kuat secara mental.

Pembinaan mental atau jiwa menjadi fokus utama dalam misi Islam. Untuk menghasilkan individu yang berakhlak mulia, Islam mengajarkan bahwa perhatian terhadap pembinaan jiwa harus lebih diutamakan dibandingkan dengan pembinaan fisik atau aspek lainnya. Dari jiwa yang sehat dan baik, akan muncul tindakan-tindakan positif yang pada akhirnya akan membawa kebaikan dan kebahagiaan dalam kehidupan manusia, baik secara lahiriah maupun batiniah. Menurut Quraisy dalam bukunya “membangkitkan Al-Qur`an bahwa: “manusia yang dibina adalah makhluk yang mempunyai unsur-unsur jasmani (material) dan akal dan jiwa (immaterial). Pembinaan akalnya menghasilkan keterampilan dan yang paling penting adalah pembinaan jiwanya yang menghasilkan kesucian dan akhlak. Dengan demikian, terciptalah manusia dwidimensi dalam satu keseimbangan” Dengan demikian, pembinaan mental adalah upaya untuk memperbaiki dan

memperbarui tindakan atau perilaku individu melalui bimbingan mental, sehingga mereka memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang baik, dan bertanggung jawab dalam menjalani kehidupan mereka.⁶

Pembinaan dalam pencak silat dapat dilihat dari empat aspek, yang pertama aspek mental spiritual, aspek ini meliputi membangun dan mengembangkan kepribadian luhur, karakter mulia dan sifat patriotic, dan juga bertakwa kepada tuhn Yang Maha Esa. Kedua aspek budaya dan permainan seni pencak silat. Melalui gabungan gerak seni tari dan gabungan ancang kuda-kuda yang di iringi dengan music tradisional. Aspek ketiga yaitu bela diri yang didasari dengan sikap kesatria. Aspek keempat yakni pencak silat sebagai olahraga fisik, mental dan pikiran. Selain itu, sebagai olahraga yang dikompetisikan pencak silat menjadi alat mempersatu Nusantara.⁷

Perkembangan interaksi dalam nilai-nilai pencak silat mencakup kepercayaan diri, yang didefinisikan sebagai keyakinan yang muncul secara sadar dalam diri seseorang melalui nilai-nilai kepribadian. Individu yang memiliki kepercayaan diri yang kuat cenderung menunjukkan sikap disiplin dan konsisten dalam perilakunya. Setiap orang perlu memiliki keyakinan ini, karena kekuatan individu dapat membantu mereka menyelesaikan tugas dengan baik, terutama melalui kegiatan yang mendukung peningkatan kepercayaan diri.⁸

⁶ Firdaus, "Upaya Pembinaan Rohani dan Mental" *Al-Adyan*, Vol. IX, No. 1, (Juni, 2014) 119.

⁷ Rahman Junita Budi, dkk. "Sosialisasi Pelestarian Pencak Silat Sebagai Warisan Bedaya dan Soft Power Indonesia" *Junal Pendidikan Masyarakat*, Vol, 17. No, 2. (2021) 208.

⁸ Dimas Dwicahya Nandana, dkk. "Pengaruh Latihan Pencak Silat Terhadap Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Siswa" *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Rohani*, Vol, 19. No, 1. (2020) 24.

Kepercayaan diri adalah sikap meyakini dan percaya pada kemampuan diri sendiri, yang memungkinkan seseorang melihat dirinya secara positif dan realistis. Hal ini juga membantu dalam berinteraksi dengan orang lain secara efektif. Individu yang memiliki kepercayaan diri cenderung mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, menggali berbagai kemampuannya untuk mencapai tujuan. Mereka tidak merasa rendah diri atau putus asa, dan terus berusaha untuk meraih apa yang diinginkan. Menurut Wills M. Nur Ghufroon kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.⁹ Kepercayaan diri adalah salah satu aspek dalam kepribadian manusia yang memungkinkan individu untuk mewujudkan kemampuannya. Ini merupakan elemen krusial yang perlu dimiliki setiap orang, karena tanpa kepercayaan diri, seseorang dapat menghadapi berbagai masalah dalam hidupnya. Begitu penting kepercayaan diri pada remaja atau generasi muda.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan menggunakan metode wawancara, salah satu pelatih mengatakan bahwa PSHT Ranting Pakong bukan sekedar tempat latihan beladiri dan mengasah kebugaran fisik akan tetapi juga diajarkan dan membimbing dan membangun mental dan kepercayaan diri siswa, hal tersebut meliputi membiasakan siswa untuk memimpin barisan sebelum latihan dimulai, melatih siswa untuk bertanggung jawab atas kelalaiannya misal terlambat atau tidak hadir latihan maka siswa akan dikenai sanksi, menerapkan tes mental ketika kenaikan sabuk, dimana para

⁹ Yayan Alpian, Dkk. "Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Dasar" *Jurnal Elementarial Edukasia*, Vol, 3. No, 2. (2020)

siswa dilatih dan dididik agar dapat meningkatkan tanggung jawab, solidaritas, kejujuran, ketangguhan serta kepercayaan diri. PSHT Ranting Pakong juga mendidik siswa bukan hanya dari fisik saja melainkan dari tingkah laku.¹⁰

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang judul **“Analisis Pembinaan Pencak Silat dalam Mengembangkan Mental dan Kepercayaan diri Siswa PSHT Ranting Pakong”**

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah dapat dirumuskan beberapa masalah yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan Latihan pencak silat di PSHT Ranting Pakong?
2. Bagaimana pembinaan pencak silat dalam mengembangkan mental siswa PSHT Ranting Pakong?
3. Bagaimana pembinaan pencak silat dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa PSHT Ranting Pakong?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang diuraikan maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui Bagaimana pelaksanaan Latihan pencak silat di PSHT Ranting Pakong
2. Untuk mengetahui pembinaan pencak silat dalam mengembangkan mental siswa PSHT Ranting Pakong

¹⁰ Matus, Warga (Pelatih) Persaudaraan Setia Hati Terate 2020, *Wawancara Langsung* (18 Desember 2024)

3. Untuk mengetahui pembinaan pencak silat dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa PSHT Ranting Pakong

D. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan Rumusan Masalah dan Tujuan di atas, maka dalam penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat. Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan khususnya bagi penulis dan pembaca pada umumnya tentang analisis Latihan pencak silat terhadap pembinaan mental dan kepercayaan diri pada siswa PSHT Ranting Pakong
2. Manfaat praktis
 - a. Bagi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Madura, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan awal bagi penelitian selanjutnya, khususnya bagi mahasiswa IAIN Madura baik sebagai pengayaan materi perkuliahan maupun bagi penelitian selanjutnya.
 - b. Bagi siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat berdampak positif bagi siswa dengan meningkatkan penalaran moral dalam lingkungan sosial kearah yang lebih baik
 - c. Bagi Pengurus atau anggota, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kepribadian yang arif serta dapat membangkitkan rasa percaya diri

E. Definisi Istilah

1. Pencak Silat

Pencak silat merupakan suatu keterampilan bela diri yang digunakan sesuai dengan kebutuhan individu untuk menghadapi berbagai tantangan, terutama yang berasal dari alam, hewan, dan manusia.¹¹

2. Pembinaan Mental

Pembinaan mental adalah suatu proses perbaikan, dan pengembangan yang bertujuan untuk mengembalikan kondisi mental seseorang pada kondisi yang sehat dan meningkatkan kemampuan seseorang.¹² Mental adalah kondisi emosi, kejiwaan, pikiran dan kondisi psikologis seseorang.

3. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan sikap individu dalam menilai diri sendiri dan lingkungan sekitarnya, yang memberikan keyakinan akan kemampuannya untuk melakukan berbagai hal sesuai dengan potensinya. menginterpretasikan keterampilan atau kemampuan yang dimilikinya.¹³

4. PSHT (Persaudaraan Setia Hati Terate)

Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) merupakan salah satu aliran Pencak Silat di Indonesia yang didirikan oleh Ki Hadjar Harto Oetomo pada tahun 1922. PSHT tidak hanya mengajarkan tentang bela diri tetapi

¹¹ Suryo Ediyono, Dkk. "Memahami Makna Seni Dalam Pencak Silat", *Panggung* Vol, 29. No, 3. (September 2019) 300.

¹² M. Lutfi, Dkk. "Pembinaan Mental Prajurit Al Melalui Bimbingan Dan Konseling Islam, Kasus Dimarkas Kimal Kota Bumi Lampung Utara" *Jurnal Kajian Dakwah Dan Kemasyarakatan*, Vol, 26. No, 2. (2022) 197.

¹³ Indriana Ulum Azmu, Dkk. "Studi Komparasi Kepercayaan Diri (Self Confidence) Siswa Yang Mengalami Verbal Bullying Dan Yang Tidak Mengalami Verbal Bullying Di Sekolah Dasar" *Jurnal Basicedu*, Vol, 5. No, 5. (2021) 3552.

juga menjadi wadah untuk mengedepankan pendidikan, akhlak dan berbudi luhur bagi anggotanya.

F. Kajian Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu berfungsi untuk memberikan pandangan antara penelitian yang dilakukan dengan hasil penelitian yang telah ada dan memberikan kerangka kajian empiris dari kerangka kajian teoritis dari permasalahan sebagai dasar untuk mengadakan pendekatan terhadap masalah yang dihadapi, serta dipergunakan sebagai pedoman dalam pemecahan masalah. Adapun kajian penelitian terdahulu dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ulil Anwar telah melakukan penelitian yang berjudul “perkembangan pendidikan mental spiritual pencak silat persaudaraan setia hati terate disurabaya tahun 1981-2000” penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bentuk pendidikan, perkembangan pendidikan spiritual dan dampak pendidikan spiritual pencak silat persaudaraan setia hat iterate. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk pendidikan yang diajarkan Persaudaraan Setia hati Terate berupa pendidikan fisik dan spiritual. Pendidikan spiritual utama yang diajarkan berupa mukadimah, panca dasar dan falsafah Jawa.¹⁴

Persamaan penelitian diatas dengan penelitian saat ini adalah membahas pembinaan mental pada pencak silat PSHT, sedangkan yang membedakan antara lain pada metode penelitian. Jika penelitian Ulil Anwar menggunakan metode penelitian Sejarah yang meliputi heuristic,

¹⁴ Ulil anwar, dkk. “perkembangan pendidikan spiritual pencak silat persaudaraan setia hati terate di Surabaya tahun 1982-2000” *jurnal pendidikan Sejarah*, vol, 15, No, 2. (2024)

kritik, interpretasi, dan historiografi, sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian fenomenologi.

2. Khoirun Nisa` “pengaruh kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental atlet bela diri” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental pada atlet pelajar bela diri. Hasil dari penelitian ini adalah kepercayaan diri berpengaruh terhadap ketangguhan mental pada atlet pelajar bela diri. Artinya atlet pelajar yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mempunyai ketangguhan mental yang baik. Sedangkan nilai R square yakni ($R^2=0.251$). Maknanya berarti kepercayaan diri memberikan sumbangsih sebesar 25,1%.¹⁵

Persamaan penelitian diatas dengan penelitian saat ini adalah membahas tentang kepercayaan diri, sedangkan yang membedakan antara lain pada metode penelitian. Jika penelitian Khoirun Nisa` menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian Kualitatif.

3. Nofa Arif Wibowo telah melakukan penelitian yang berjudul “pembinaan mental terhadap pesilat putra persaudaraan setia hati terate ranting pacitan tahun 2019 “ penelitian ini bertujuan untuk memberikan jawaban tentang bagaimana hasil pembinaan mental yang telah dilaksanakan di UKM Pencak silat terhadap para anggotanya (pesilatnya).¹⁶ Hasil dari penelitian ini adalah peranan pembinaan

¹⁵ Khoirun Nisa`, Dkk. “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Ketangguhan Mental Atlet Bela Diri” *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol, 8 No, 3. (2023)

¹⁶ Nofa Arif Wibowo, “Pembinaan Mental Terhadap Pesilat Putra Persaudaraan Setia Hat Iterate Ranting Pacitan Tahun 2019” *Jurnal Penelitian Pendidikan*, Vol, 12. No, 1. (Juni 2020)

mental terhadap Pesilat Putra Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Pacitan Tahun 2019 secara mayoritas adalah cukup baik. Hal ini ditunjukkan dengan prosentase jawaban responden melalui angket.

Persamaan penelitian diatas dengan penelitian saat ini adalah membahas tentang pembinaan mental pencak silat PSHT, sedangkan yang membedakan antara lain pada tahun, objek dan lokasi. Jika penelitian Nofa Arif Wibowo di lakukan pada tahun 2019 pada pesilat putra Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Pacitan, sedangkan peneliti dilakukan pada tahun 2024 pada siswa PSHT Ranting Pakong.