

**PENGEMBANGAN MODEL TEKNIK TANGKAPAN PENCAK SILAT  
BERBASIS PERATURAN PERTANDINGAN 2022**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Kesehatan Dan Rekreasi  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga*



**Oleh :**

**Yuni Utari**

**19089006**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

HALAMAN PERSetujuan SKRIPSI

PENGEMBANGAN MODEL TEKNIK TANGKAPAN PENCAK  
SILAT BERBASIS PERATURAN PERTANDINGAN 2022

Nama	Yuni Laili
NIM/ID	190890062019
Program Studi	Bina Koeselbragan
Departemen	Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas	Bina Koeselbragan

Pada tanggal November 2022

Menzatuhai  
Kepala Departemen Kesehatan  
dan Rekreasi



Dr. Hadho Bahara, S.Si, S.Pd  
NIP. 196703021914941 001

Dosen Pembimbing



Dr. Ahmad Churrosi, S.Pd., S.Pd  
NIDN. 0209057701

## PENGESAHAN SKRIPSI


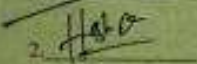

Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

### PENGEMBANGAN MODEL TEKNIK TANGKAPAN PENCAK SILAT BERBASIS PERATURAN PERTANDINGAN 2022

Nama : Yuni Utari  
NIM/BP : 19089006/2019  
Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, November 2023

#### Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Ahmad Chaeruni, S.Pd., M.Pd	1. 
2. Anggota : Dr. Hastria Effendi, S.Farm., M.Farm., Apt., AIFO	2. 
3. Anggota : Sonya Nelson, S.Si, M.Pd	3. 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya Yuni Utari NIM 19089006 menyatakan :

1. Skripsi saya dengan judul "Pengembangan Model Teknik Tangkapan Pencak Silat Berbasis Peraturan Pertandingan 2023", adalah asli dan bukan pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Universitas Negeri Padang maupun Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah gagasan, penilaian dan namanan saya sendiri, disamping dari arahan tim pembimbing, pengaji dan masukan dari rekan-rekan beserta seminar.
3. Didalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah saya dan disebut nama pengarang nya dan daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sejujurnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan tidak benar pernyataan ini, maka saya bersedia menentima sanksi akademik dan pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena skripsi ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Desember 2023

Saya yang menyatakan


Yuni Utari  
NIM. 19089006

## ABSTRAK

### **Yuni Utari (2023) : Pengembangan Model Teknik Tangkapan Pencak Silat Berbasis Peraturan Pertandingan 2022**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh kurangnya pemahaman atlet tentang peraturan pertandingan 2022 dalam menguasai model latihan fisik yang dapat menyebabkan atlet tersebut kewalahan dalam pertandingan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengembangkan model teknik tangkapan pencak silat berbasis peraturan pertandingan tahun 2022.

Jenis penelitian ini adalah *Research and Development (R&D)*. Prosedur dalam penelitian adalah pengembangan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation*). Populasi dalam penelitian ini semua peserta/ pihak yang terlibat dalam program atau kegiatan yang dikelola oleh UPTD KBOR Dispora Sumatera Barat. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah 7 orang ahli materi untuk validasi dan 15 responden untuk uji coba produk pada atlet pesilat dari UPTD KBOR Dispora Sumatera Barat. Instrumen yang penelitian yang digunakan adalah lembar validasi dan lembar responden uji coba produk. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif, kuantitatif, dan kualitatif.

Hasil penelitian ini adalah produk ini berdasarkan hasil validasi ahli materi dan ahli praktis berhasil mencapai persentase 95,57% yang berarti model “ Sangat Layak “ untuk dikembangkan. Respon Model Teknik Tangkapan Pencak Silat Berbasis Peraturan Pertandingan 2022 oleh pesilat di dapatkan hasil perolehan persentase rata-rata 97,78% produk ini dinilai sangat layak oleh pesilat. Berdasarkan Hasil penilaian media secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa jika dilihat dari para validator ahli dan respon pesilat maka media “Model Teknik Tangkapan Pencak Silat Berbasis Peraturan Pertandingan 2022” dapat digunakan sebagai media pembelajaran.

**Kata Kunci : Pencak Silat, Teknik, Tangkapan, Pertandingan**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal dengan judul : **“Pengembangan Model Teknik Tangkapan Pencak Silat Berbasis Peraturan Pertandingan 2022”**

Proposal Penelitian ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Departemen Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Ahmad Chaeroni, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan pemikiran, waktu, dan masukan yang berharga bagi penulis selama penulisan proposal penelitian ini.

Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang secara integratif memiliki andil dalam penyelesaian proposal penelitian ini :

1. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Ridho Bahtra, S.Si., M.Pd. sebagai Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi.
4. Bapak Dr, Ahmad Chaeroni, S.Pd., M.Pd. selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, kesabaran, pemikiran, dan masukan yang berharga bagi penulis selama penulisan skripsi ini.

5. Ibu Sonya Nelson, S.Si. M.Pd dan Ibu Dr. Hastria Effendi, S.Farm., M.Fram., Apt., AIFO selaku dosen penguji.
6. Bapak dan Ibu Staf Pengajar di Departemen Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Teristimewa kepada orang tua saya mama Yunidah yang sangat saya cintai dan sayangi yang selalu memberikan doa yang tulus dan selalu memberikan semangat dan dukungan untuk kesuksesan saya
8. Kepada abang dan kakak saya Deri Amriadi dan Suci Wulandari yang selalu memberi semangat dan uang jajan bulanan kepada saya.
9. kepada pihak UPTD KBOR Dispora Sumatera Barat yang telah membantu membantu dalam pengumpulan data.
10. Kepada teman-teman seperjuangan saya Fhistry Fitri Mu'izz Maghfirah, Vanesa Virdani S.Or, Nindi Khairati S.Or, Windi Nelsya Camella S.Or, Salma Samraty S.Or, Silki Ikrima S.Or, Aulia Refni Gusanti yang dari awal banyak memberi dukungan dan semangat.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Untuk itu diharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca sebagai referensi serta sebagai sarana untuk ilmu pengetahuan dan informasi.

Padang, November 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	II
DAFTAR GAMBAR.....	III
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Identifikasi Masalah.....	7
C.Pembatasan Masalah.....	7
D.Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A.Kajian Teori.....	9
B.Kerangka Konseptual.....	19
C.Pertanyaan Penelitian.....	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	21
A.Jenis penelitian.....	21
B.Populasi dan Sampel Penelitian.....	23
1. Populasi Penelitian.....	23
2. Sampel Penelitian.....	23
C.Prosedur Pengembangan.....	234
D.Validasi produk.....	277



E. Teknik dan instrumen pengumpulan data .....	278
F. Teknik Analisis Data .....	288
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>31</b>
A. Hasil Pengembangan Media .....	31
1. Tahap Analisis ( <i>Analyze</i> ) .....	31
2. Desain ( <i>Design</i> ) .....	33
3. Pengembangan ( <i>Development</i> ) .....	34
4. Implementasi ( <i>Implementation</i> ) .....	36
5. Evaluasi .....	37
B. Deskripsi Hasil Produk .....	38
C. Pembahasan .....	60
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>66</b>
A. Kesimpulan .....	66
B. Saran .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>71</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skala penelitian .....	28
Tabel 2. Kriteria Persentase Lembaran Validasi .....	29
Tabel 3. Hasil Validasi Uji Ahli Materi dan Ahli Praktisi .....	33
Tabel 4. Hasil Responden Pesilat UPTD KBOR Sumatera Barat .....	36

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Karangka Model Perkembangan Addie .....	22
Gambar 2. Diagram Alir Proses Pelaksanaan .....	27
Gambar 3.1 sikap pasang teknik tangkapan L .....	39
Gambar 3.2 serangan dan tangkapan L .....	39
Gambar 3.3 proses tangkapan L .....	39
Gambar 3.4 jatuhan tangkapan L .....	38
Gambar 4.1 sikap pasang teknik tangkapan tarikan paha .....	40
Gambar 4.2 serangan dan tangkapan dengan tarikan paha .....	40
Gambar 4.3 proses tarikan dengan tarikan paha .....	41
Gambar 4.4 jatuhan tangkapan dengan tarikan paha .....	41
Gambar 5.1 sikap pasang teknik tangkapan serkel belakang .....	42
Gambar 5.2 serangan dan tangkapan serkel belakang .....	42
Gambar 5.3 proses tangkap serkel belakang .....	42
Gambar 5.4 jatuhan tangkapan serkel belakang .....	42
Gambar 6.1 sikap pasang teknik tangkapan tarikan kedalam .....	43
Gambar 6.2 serangan dan tangkapan tarikan kedalam .....	43
Gambar 6.3 proses tarikan kedalam .....	44
Gambar 6.4 jatuhan tangkapan tarikan kedalam .....	44
Gambar 7.1 sikap pasang teknik tangkapan ungkitan atas .....	45
Gambar 7.2 serangan dan tangkapan dengan ungkitan atas .....	45
Gambar 7.3 proses tarikan dengan ungkitan atas .....	45
Gambar 7.4 jatuhan tangkapan dengan ungkitan atas .....	45
Gambar 8.1 sikap pasang teknik tangkapan gunting langsung .....	46
Gambar 8.2 serangan dan tangkapan dengan guntingan langsung .....	46
Gambar 8.3 proses tarikan dengan guntingan langsung .....	47
Gambar 8.4 jatuhan tangkapan dengan guntingan langsung .....	47
Gambar 9.1 sikap pasang teknik tangkapan lepas gunting .....	48
Gambar 9.2 serangan dan tangkapan lepas gunting .....	48
Gambar 9.3 proses tangkapan dengan lepas gunting .....	48
Gambar 9.4 jatuhan tangkapan tarikan lepas gunting .....	48
Gambar 10.1 sikap pasang teknik tangkapan ungkitan dorong .....	49

Gambar 10.2 serangan dan tangkapan dengan ungkitan dorong.....	49
Gambar 10.3 proses tangkapan ungkitan dorong.....	50
Gambar 10.4 jatuhan tangkapan ungkitan dorong.....	50
Gambar 11.1 sikap pasang teknik tangkapan ungkitan luar.....	51
Gambar 11.2 serangan dan tangkapan ungkitan luar.....	51
Gambar 11.3 proses tangkapan dengan ungkitan luar.....	51
Gambar 11.4 jatuhan tangkapan dengan ungkitan luar.....	51
Gambar 12.1 sikap pasang teknik tangkapan putar dalam.....	52
Gambar 12.2 serangan dan tangkapan putar dalam.....	52
Gambar 12.3 proses tangkapan putar dalam.....	53
Gambar 12.4 jatuhan tangkapan putar dalam.....	53
Gambar 13.1 sikap pasang teknik tangkapan dalam.....	54
Gambar 13.2 serangan dan tangkapan dalam.....	54
Gambar 13.3 proses tangkapan dalam.....	54
Gambar 13.4 jatuhan tangkapan dalam.....	54
Gambar 14.1 sikap pasang teknik tangkapan tarikan luar.....	55
Gambar 14.2 serangan dan tangkapan dengan tarikan luar.....	55
Gambar 14.3 proses tangkapan dengan tarikan luar.....	56
Gambar 14.4 jatuhan tangkapan dengan tarikan luar.....	56
Gambar 15.1 sikap pasang teknik tangkapan tarikan L.....	57
Gambar 15.2 serangan dan tangkapan dengan tarikan L.....	57
Gambar 15.3 proses tangkapan dengan tarikan L.....	57
Gambar 15.4 jatuhan tangkapan dengan tarikan L.....	57
Gambar 16.1 sikap pasang teknik tangkapan ungkitan dalam.....	58
Gambar 16.2 serangan dan tangkapan dengan ungkitan dalam.....	58
Gambar 16.3 proses tangkapan dengan ungkitan dalam.....	59
Gambar 16.4 jatuhan tangkapan dengan ungkitan dalam.....	59

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Ilmu pengetahuan dan teknologi sebagai dasar dari aspek pembinaan olahraga merupakan bagian integral dari proses pembinaan olahraga. Membentuk atlet yang handal tidak lagi mampu dilakukan dengan cara-cara tradisional, oleh karenanya cara pembinaan dengan menggunakan ilmu pengetahuan dan teknologi sudah saatnya dimanfaatkan untuk mengubah pola pembinaan olah Raga yang modernisasi.

Pembinaan olahraga secara ilmiah sudah diharuskan menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi maksimal. Olahraga prestasi merupakan jenis olahraga yang membutuhkan pembinaan dan pengembangan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Salah satu cabang olahraga prestasi yang menjadi perhatian banyak pihak adalah pencak silat. Di tandai peran aktif cabang olahraga pencak silat mengikuti berbagai kejuaraan di tingkat nasional seperti (*SEA GAMES*), Peserta Olahraga Asia (*ASIAN GAMES*) dan Kejuaran Dunia (*WORD CHAMPION*). Olahraga pencak silat berasal dari asal Indonesia ini sudah dikembangkan hampir diseluruh wilayah Indonesia, termasuk Sumatera Barat.

Berdasarkan Anggaran dasar/Anggaran rumah tangga Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) hasil musyawarah nasional XIV tahun 2016, terdapat 16 perguruan pencak silat yang terdaftar sebagai IPSI pusat, yang terdiri dari 10 perguruan historis dan 6 perguruan besar yang terdaftar dan aktif di Indonesia. Berbagai program pembinaan dan pelatihan sudah dilakukan untuk memaksimalkan prestasi yang diraih oleh atlet-atlet asal Sumatera Barat. Sebagaimana tertuang dalam UU RI No.11 Tahun 2022 pasal 1 ayat 12 tentang sistem Keolahragaan Nasional menyatakan,

“Olahraga Prestasi adalah Olahraga yang membina dan mengembangkan Olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan”

Dalam usaha peningkatan prestasi Olahraga pencak silat banyak factor yang mempengaruhi, disamping penguasaan kondisi fisik, mental, taktik, dan teknik yang baik dan juga dibutuhkan kinerja pelatih yang bagus. Tanpa teknik yang bagus seorang atlet akan sulit mendapatkan nilai dalam sebuah pertandingan. Pencak silat merupakan olahraga beladiri yang terdiri dari dua kategori pertandingan. *Pencak Silat as a sport consists of two categories: artistic (seni) and combat (tanding) (Soo et al., 2018).*

Kategori seni berfokus pada pola-pola gerakan, sedangkan tarung merupakan duel kontak penuh yang dilakukan di atas matras melingkar berukuran diameter 8m. Baik seni maupun tarung pada pencak silat membutuhkan komponen teknik, fisik, mental dan taktik yang baik untuk menampilkan gerakan secara maksimal. Komponen fisik, teknik, taktik

dan mental adalah aspek yang perlu dilatih kepada atlet silat untuk mendapatkan prestasi yang maksimal (Dewi A. K, 2014).

Teknik merupakan gerakan khusus yang dimiliki oleh cabang olahraga tertentu. Teknik dalam pencaksilat merupakan suatu gerakan yang dapat digunakan untuk menyerang atau menghindari dari serangan lawan. Teknik dasar dalam pencak silat adalah bela (tangkisan elakan, hindaran, dan tangkisan), serangan (pukulan, tendangan, jatuhan, dan kuncian) dan teknik bawah (sapuan bawah, sirkel bawah, dan guntingan) Nugroho dalam (Siswantoyo & Graha, 2016).

Dalam Olahraga pencak silat bantingan sangatlah penting bagi atlet dikarenakan bantingan adalah salah satu teknik untuk mematahkan atau menghentikan serangan lawan. Tangkapan merupakan teknik dan taktik serangan pada jarak jangkauan dekat dan sedang yang dilaksanakan dengan menangkap salah satu komponen tubuh lawan. Untuk menguasai teknik tangkapan diperlukan kuda-kuda dengan keseimbangan badan, sikap tubuh, dan kesesuaian penggunaan lengan atau tangan untuk menangkap serangan.

Dari 8 jenis teknik dasar pencak silat tersebut teknik bantingan mengalami perubahan peraturan dari yang awalnya teknik bantingan melalui jatuhan tidak dibolehkan melakukan tarik menarik pada *body protector* lawan. Teknik jatuhan yang dinilai di peraturan tahun 2012 adalah berhasilnya pesilat menjatuhkan lawan sehingga bagian tubuh ( dari lutut keatas ) menyentuh matras dengan pedoman :(1) Teknik menjatuhkan dapat dilakukan dengan serangan langsung, sapuan, ungkitan,

guntingan, teknik menjatuhkan yang didahului oleh tangkapan atau bentuk serangan lainnya yang sah. Serangan yang berhasil mendapat nilai sesuai dengan ketentuan nilai untuk teknik serangan yang digunakan. (2) Menjatuhkan lawan menggunakan teknik jatuhan dengan cara tidak ikut terjatuh atau lebih menguasai lawan yang dijatuhkan. (3) Apabila teknik menjatuhkan itu disertai menangkap anggota tubuh lawan. (4) Harus merupakan usaha pembelaan diri suatu serangan atau menggunakan serangan pendahuluan, tidak boleh disertai dengan serangan langsung, tetapi dapat dilakukan dengan mendorong atau menyapu. Proses tangkapan menjadi jatuhan diberikan waktu selama 5 ( lima ) detik. Jika selama itu tidak terjadi jatuhan, maka dihentikan oleh Wasit dan dinyatakan tidak ada jatuhan. (5) Teknik sapuan, ungkitan, kaitan dan guntingan tidak boleh didahului dengan menggumul tubuh lawan, tetapi dapat dibantu dengan dorongan atau sentuhan. Sapuan dapat dilakukan dengan merebahkan diri. Lawan yang dapat mengelakkan diri dari serangan boleh menyerang 1 kali pada sasaran yang sah dalam tempo 1 detik dengan tidak menggunakan berat badan (perlu penjelasan peraturan pertandingan).

Sedangkan perubahan teknik jatuhan yang dinilai di peraturan baru tahun 2022 adalah: (1) Melakukan teknik guntingan langsung ke-lawan dengan jatuhnya atau bersentuhnya lutut ataupun tangan ke matras. (2) Guntingan boleh dengan tarikan dibody dengan satu tangan atau dikaki dengan dua tangan. (3) *Counter attack* menjatuhkan balik lawan yang



mana awalnya lawan menjatuhkan kita tetapi lawan tersebut ikut jatuh atau tertarik oleh kita dan diberi waktu 2 detik untuk menjatuhkan balik lawan.

(4) Teknik ungkitan dengan tangan dibody lawan dan didorong dengan sapuan kaki.

Banyaknya perubahan peraturan pertandingan 2012 dengan peraturan tanding tahun 2022 sangat berbanding lurus antara keuntungan nilai dan juga kerugian pesilat. Salah satunya menjatuhkan lawan dengan tangkapan, dimana pesilat dibolehkan menarik body dan kaki, dan apabila pesilat yang melakukan tangkapan dengan menarik tetapi lawan tersebut tidak jatuh maka poin diberikan kepada lawan.

Perubahan peraturan pertandingan tahun 2012 menuju tahun 2022 memiliki dampak yang signifikan dan juga menjadi polemik dikalangan pelatih dan atlet Pencak Silat se-Indonesia. Namun sangat disayangkan, diIndonesia terkhusus untuk wilayah Sumatera Barat baru di sosialisasikan pada akhir tahun 2022, sehingga tidak biasa mengaplikasikan peraturan tersebut pada event POMNAS 2022 di Sumatera Barat. Sedangkan tahun 2023 sudah harus menggunakan peraturan pertandingan tahun 2022. Perubahan peraturan dapat mempengaruhi teknik dan strategi yang digunakan oleh para atlet serta dapat mempengaruhi hasil pertandingan.

Pada peraturan terbaru perubahan yang paling terlihat adalah teknik jatuhnya melalui tangkapan dan bantingan. Dimana pada peraturan 2012 tarikan pada saat tangkapan merupakan pelanggaran, sedangkan diperaturan 2022 diperbolehkan. Jika teknik tarikan tidak tepat maka dapat

berdampak pada keselamatan atlet, yang mana banyaknya terjadi kecelakaan pertandingan ataupun cedera baik ringan sampai yang berakibat fatal seperti patah tulang. Dalam beberapa kasus dapat dilihat dari pertandingan yang sudah menggunakan peraturan tahun 2022. Situasi ini dikarena kurangnya pemahaman dan sulitnya dalam beradaptasi dengan peraturan terbaru. Berkaitan dengan ini dibutuhkan langkah-langkah keamanan yang lebih ketat dan teknik yang tepat untuk melindungi keselamatan atlet yang harus selalu menjadi prioritas utama.

Sehingga terjadi revisi teknik tangkapan yang perlu dikaji ulang, agar teknik yang dikembangkan pada peraturan baru dapat optimal dalam mencapai poin pada pertandingan. Disisi lain kesiapan otot tubuh keseluruhan dan juga kondisi fisik yang baik merupakan komponen terpenting disamping teknik dan strategi dalam peraturan tahun 2022. Karena teknik tarikan salah satu menjadi point utama bagi atlet dalam mendapatkan nilai jatuhan, untuk itu dibutuhkan otot lengan, perut, dan tungkai yang baik serta kondisi fisik yang optimal agar dapat mengurangi resiko cedera dalam arena pertandingan.

Hal ini butuh penyesuaian dan persiapan dari segi pelatihan yang baik untuk menghadapi perubahan tersebut agar dapat memaksimalkan kinerja atlet di lapangan. Untuk itu maka diperlukan penelitian lebih lanjut dalam menganalisis terkait pengembangan jenis latihan teknik jatuhan melalui tangkapan. Sehingga perubahan peraturan dapat mempengaruhi cara atlet berlatih dan bersaing dalam olahraga pencak silat. Di samping

itu memungkinkan atlet untuk perlu mempelajari teknik baru ataupun memperbaharui strategi mereka dalam beradaptasi dengan perubahan tersebut. Hal inilah yang mendorong penulis untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengembangan model teknik tangkapan pencak silat berbasis peraturan pertandingan tahun 2022”**.

### **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang masalah yang telah disampaikan, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan, yaitu:

1. Kurangnya menguasai model latihan fisik yang dapat menyebabkan atlet tersebut kewalahan dalam pertandingan.
2. Kurangnya pemahaman atlet tentang peraturan pertandingan 2022 sehingga susah penerapan dalam latihan.
3. Masih lemahnya Komponen teknik dan Kondisi Fisik atlet saat dalam pertandingan dengan peraturan pertandingan 2022.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas dalam penelitian ini penulis hanya meneliti tentang **“Pengembangan model teknik tangkapan pencak silat berbasis peraturan pertandingan tahun 2022”**.

### **D. Rumusan Masalah**

Mengacu pada identifikasi dan pembatasan masalah diatas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini yaitu bagaimanakah pengembangan model teknik tangkapan pencak silat berbasis peraturan

pertandingan tahun 2022?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang di kemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengembangkan model teknik tangkapan pencak silat berbasis peraturan pertandingan tahun 2022.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan berguna bagi :

1. Meningkatkan pemahaman dan penerapan taknik tangkapan sesuai dengan peraturan pertandingan terkini.
2. Dapat membantu atlet pencak silat dalam mengasah keterampilan mereka dengan praktis dan efektif dalam latihan maupun pertandingan.
3. Mensosialisasikan pengembangan teknik tangkapan berbasis peraturan baru.
4. Penulis, sebagai kesempatan untuk mendapatkan pengalaman baik tentang pengembangan model teknik tangkapan pencak silat berbasis peraturan pertandingan 2022
5. Fakultas Ilmu Keolahragaan bisa menambah bahan perpustakaan karya ilmiah mahasiswa tentang Olahraga pencak silat