



## “EVALUASI PEMBELAJARAN JURUS SENI TUNGGAL PENCAK SILAT PADA MAHASISWA PENDIDIKAN JASMANI FKIP UMS: ANALISIS PRETEST DAN POSTTEST”

Nur Subekti<sup>1\*</sup>, M. Ilham Syafiq Kurniawan<sup>2</sup>, Eko Sudarmanto<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Correspondence : [ns584@ums.ac.id](mailto:ns584@ums.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pembelajaran jurus seni tunggal dalam mata kuliah Pencak Silat Dasar pada mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Surakarta. Desain penelitian yang digunakan adalah pretest-posttest dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian terdiri dari 30 mahasiswa Penjas FKIP UMS Tahun Akademik 2024/2025 yang dipilih secara acak. Data dikumpulkan melalui penilaian praktik jurus seni tunggal, meliputi jurus tangan kosong, jurus golok, dan jurus toya. Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan pada nilai rata-rata *posttest* dibandingkan nilai rata-rata *pretest* di semua jenis jurus. Uji normalitas menunjukkan distribusi data yang normal, sedangkan uji linearitas dan korelasi *Pearson* menunjukkan hubungan yang linear dan signifikan antara *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa metode pembelajaran yang digunakan efektif dalam meningkatkan keterampilan mahasiswa. Dosen disarankan untuk terus mengembangkan model pengajaran inovatif untuk mempertahankan dan meningkatkan capaian pembelajaran.

**Kata kunci :** Pencak Silat; Seni Tunggal; Evaluasi Pembelajaran; Keterampilan Mahasiswa

© 2025 UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

Prodi Ilmu Keolahragaan

E-ISSN 2964-4224

Info Artikel

Dikirim : 2 Agustus 2025

Diterima : 10 Agustus 2025

Dipublikasikan : 10 Agustus 2025

✉ Alamat korespondensi: [a810190059@student.ums.ac.id](mailto:a810190059@student.ums.ac.id)

Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kec. Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah  
57162/ Surakarta

### PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan salah satu seni beladiri yang mempunyai nilai budaya dan filosofi yang berasal dari Indonesia yang telah berkembang sepanjang sejarah dan menjadi

bagian dari kebudayaan Indonesia (Kholis, 2016). Menurut Subekti et al., (2019) Pencak silat merupakan warisan asli budaya pencak silat telah diakui UNESCO sebagai warisan budaya tak benda, sehingga penting untuk melestarikannya melalui pendidikan formal maupun nonformal (Ummah, 2019). Pencak silat merupakan seni bela diri tradisional Indonesia yang tidak hanya memiliki nilai olahraga tetapi juga sarat dengan nilai budaya, filosofi, dan karakter (Subekti et al., 2021). Kini olahraga pencak silat sedang berkembang pesat dan memiliki banyak peminat di seluruh dunia (Kawi dan Yuono, 2019).

Menurut Nuraida (2016) dalam konteks dunia pendidikan, pencak silat tidak hanya berfungsi sebagai alat pembelajaran fisik, tetapi juga sebagai sarana untuk menanamkan nilai-nilai karakter, disiplin, dan kebersamaan. Menurut Aguss dan Fahrizqi, (2020) olahraga pencak silat, baik seni maupun tanding, membutuhkan kepercayaan diri yang sangat tinggi. Dengan meningkatnya minat mahasiswa terhadap pencak silat, penting untuk mengevaluasi metode pengajaran yang digunakan dalam mata kuliah, salah satunya adalah teknik seni tunggal.

Seni tunggal dalam pencak silat adalah bentuk latihan yang menekankan pada gerakan individu tanpa melibatkan lawan (Anggela dan Damayanti, 2016). Kategori seni merupakan pertandingan pencak silat yang menampilkan pesilat baik individu maupun kelompok dengan memperagakan kekayaan teknik dan jurus dalam pencak silat secara etis, efektif, estetis, dan ksatria (Zalsabilla dan Wijaya, 2024). Pada kategori seni tunggal, pesilat menampilkan kekayaan teknik dan jurus pencak silat secara individu. Kategori seni tunggal memperagakan kemahiran dalam jurus baku tunggal secara benar, tepat dan mantap, penuh penjiwaan baik secara tangan kosong maupun menggunakan senjata berupa toya atau golok.

Metode ini memungkinkan mahasiswa untuk lebih fokus pada penguasaan teknik dasar, pernapasan, dan kekuatan tubuh. Seni tunggal tidak hanya latihan fisik, tetapi juga membangun konsentrasi dan mentalitas yang kuat. Hal ini sangat relevan di perguruan tinggi, dimana mahasiswa menghadapi berbagai tantangan sosial dan akademik (Pratama, 2017). Fokus utama dari pencak silat dasar adalah pembelajaran seni tunggal. Namun, terdapat tantangan dalam pembelajaran seni tunggal, seperti kesulitan mahasiswa dalam menghafal rangkaian jurus dan menguasai teknik dengan benar (Aulia et al., 2023).

Dengan meningkatnya minat mahasiswa terhadap pencak silat, evaluasi terhadap metode pengajaran yang digunakan menjadi penting untuk memastikan tercapainya kompetensi yang diharapkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hasil belajar keterampilan jurus seni tunggal melalui analisis pretest dan posttest pada mahasiswa Pendidikan Jasmani FKIP UMS.

Evaluasi dalam konteks pembelajaran seni tunggal masih belum pernah dilakukan. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa Penjas FKIP UMS tahun ajaran 2024/2025 yang mengambil mata kuliah pencak silat dasar. Dengan menggunakan studi kasus yang dilakukan di lingkungan kampus, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi bagaimana teknik seni tunggal diterapkan dan sejauh mana metode ini dapat meningkatkan keterampilan dan pemahaman siswa tentang pencak silat. Diharapkan metode ini dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang seberapa paham pengajaran dalam pendidikan jasmani.

Salah satu aspek penting dalam penelitian ini adalah pengukuran pemahaman belajar mahasiswa tentang jurus seni tunggal. Indikator yang digunakan meliputi peningkatan keterampilan teknis, pemahaman teori pencak silat, serta dampak terhadap sikap dan perilaku mahasiswa. Melalui pengumpulan data yang sistematis, diharapkan dapat ditemukan informasi yang relevan mengenai kelebihan dan kekurangan metode ini dalam proses pembelajaran.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pretest-posttest. Populasi penelitian adalah mahasiswa Pendidikan Jasmani angkatan 2023 yang mengikuti mata kuliah Pencak Silat Dasar. Sampel penelitian berjumlah 30 mahasiswa (20 laki-laki dan 10 perempuan) yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Dalam penelitian ini Instrumen yang digunakan Penelitian dalam Penilaian keterampilan jurus seni tunggal yang terdiri dari jurus tangan kosong, jurus golok, dan jurus toya. Serta Prosedur Pretest dilaksanakan pada ujian akhir semester untuk mengukur kemampuan awal mahasiswa. Posttest dilakukan dua minggu kemudian sebagai evaluasi lanjutan bagi mahasiswa yang belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal. Setelah memperoleh data, kemudian dilakukan Analisis Data. Data dianalisis menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk, uji linearitas, dan uji korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antara hasil pretest dan posttest.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### A. Deskripsi data

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pada semua jenis jurus antara pretest dan posttest yang dirangkum dalam tabel 1 berikut:

Tabel 1. Hasil Deskripsi Data Penelitian

| Instrumen     | Min   | Max   | Mean    | SD      |
|---------------|-------|-------|---------|---------|
| Tangan kosong | 20,00 | 29,00 | 23,2000 | 2,15599 |
|               | 21,00 | 29,00 | 23,6000 | 2,15918 |
| Golok         | 10,00 | 13,00 | 11,4333 | 1,19434 |
|               | 10,00 | 14,00 | 11,1667 | 1,17688 |
| Toya          | 11,00 | 17,00 | 14,0667 | 1,48401 |
|               | 12,00 | 18,00 | 14,0333 | 1,60781 |

#### a) Jurus tangan kosong

Pada tes ini terdapat 7 jurus yang akan dilakukan oleh mahasiswa yang diambil sampel. Dari test yang dilakukan pada saat ujian akhir semester atau pretest didapat skor minimum 20,00 serta skor maksimum 21,00 dengan nilai rerata 23,2000 dan simpangan baku sebesar 2,15599. Sedangkan posttest dilakukan ketika mahasiswa dinyatakan tidak lolos dalam ujian akhir semester dan harus melakukan ujian ulang atau remedi maka didapatkan skor minimum

21,00 serta skor maksimum 29,00 dengan nilai rerata 23,6000 dan simpangan baku sebesar 2,15918.

b) **Jurus golok**

Pada tes ini terdapat 3 rangkaian jurus harus dipraktekkan yang melibatkan motorik kasar dalam gerakannya karena saat pelaksanaan tesnya diukur berdasarkan ketepatan dan penghafalan jurus. Dari tes yang sudah dilakukan terdapat dua test yaitu pretest dan postest. Pretest dilakukan pada saat ujian akhir semester skor minimum yang didapat yaitu 10,00 skor maksimum 13,00 sedangkan rerata yang dihasilkan yaitu 11,4333 dan simpangan baku sebesar 1,19434. Sedangkan nilai postest atau ujian ulang skor minimum yang didapat yaitu 10,00 skor maksimum 14,00 sedangkan rerata yang dihasilkan yaitu 11,1667 dan simpangan baku sebesar 1,17688.

c) **Jurus toya**

Pada tes ini terdapat 4 rangkaian jurus harus dipraktekkan yang melibatkan motorik kasar dalam gerakannya karena saat pelaksanaan tesnya diukur berdasarkan ketepatan dan penghafalan jurus. Dari tes yang sudah dilakukan terdapat dua test yaitu pretest dan postest. Pretest dilakukan pada saat ujian akhir semester skor minimum yang didapat yaitu 11,00 skor maksimum 17,00 sedangkan rerata yang dihasilkan yaitu 14,0667 dan simpangan baku sebesar 1,48401. Sedangkan nilai postest atau ujian ulang skor minimum yang didapat yaitu 12,00 skor maksimum 18,00 sedangkan rerata yang dihasilkan yaitu 14,0333 dan simpangan baku sebesar 1,60781.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

| Instrumen     | statistic | Df | Sig  | Kriteria |
|---------------|-----------|----|------|----------|
| Tangan kosong | 939       | 12 | ,487 | Normal   |
|               | ,923      | 3  | ,463 | Normal   |
| Golok         | ,781      | 10 | ,008 | Normal   |
|               | ,953      | 5  | ,758 | Normal   |
| toya          | ,895      | 4  | ,406 | Normal   |
|               | ,894      | 10 | ,188 | Normal   |

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, disimpulkan bahwa variabel memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ . Yang artinya semua variabel terdistribusi normal.

Tabel 3 Hasil Uji Linieritas

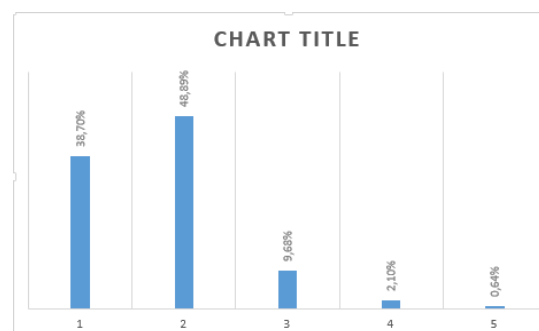
| Variabel      | F     | Sig   | Kriteria |
|---------------|-------|-------|----------|
| tangan kosong | 1,860 | 0,128 | Linier   |
| golok         | 1,494 | 0,240 | Linier   |
| toya          | 0,562 | 0,693 | Linier   |

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas disimpulkan bahwa uji linieritas memiliki nilai signifikan *Deviation from Linearity* sebesar  $1,860 > 0,128$  yang artinya terdapat hubungan yang linier antara pretest dan posttest jurus seni tunggal.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

| Variabel      | N  | Koefisien korelasi | Kriteria                   |
|---------------|----|--------------------|----------------------------|
| Tangan kosong | 30 | 0,559              | Berkorelasi dan signifikan |
|               | 30 | 1                  |                            |
| Golok         | 30 | 0,315              | Berkorelasi dan signifikan |
|               | 30 | 1                  |                            |
| Toya          | 30 | 0,331              | Berkorelasi dan signifikan |
|               | 30 | 1                  |                            |

Berdasarkan hasil uji korelasi diatas diketahui bahwa kedua test yang dilakukan antara pre test dan posttest memiliki nilai signifikansi  $0,559 < 0,315$  dan koefisien korelasi sebesar 1. Berdasarkan pedoman derajat hubungan, dapat disimpulkan antara pretes dan posttest jurus seni tunggal memiliki hubungan yang signifikan.



Gambar 1. Hasil Angket Mahasiswa

Dari hasil data *pretets* dan *posttest* juga didukung dengan angket penelitian untuk mendapatkan hasil yang sempurna, diperoleh hasil jawaban sebanyak 38,70% mahasiswa sangat setuju dengan materi seni tunggal yang diperoleh pada saat perkuliahan, sedangkan 48,89% mahasiswa setuju dengan materi yang dijelaskan, kemudian 9,68% hasil diperoleh dari jawaban netral atau biasa, 2,10% tidak setuju dan 0,64% sangat tidak setuju

## PEMBAHASAN

Peningkatan nilai posttest menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang digunakan efektif dalam membantu mahasiswa menguasai jurus seni tunggal. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Pratama, (2017) yang menekankan pentingnya latihan berulang untuk meningkatkan keterampilan motorik kompleks dalam pencak silat. Selain itu, hasil ini mendukung pandangan bahwa pembelajaran seni tunggal tidak hanya melatih fisik tetapi juga aspek kognitif seperti memori gerak dan konsentrasi Anggela & Damayanti, (2016).

Meski demikian, peningkatan nilai pada jurus golok dan toya relatif kecil. Hal ini mungkin disebabkan oleh kompleksitas teknik yang lebih tinggi sehingga membutuhkan waktu latihan lebih lama.

Data *pretest* dan *posttest* juga didukung dengan menyebarkan angket kepada sampel yang digunakan dalam penelitian dengan tujuan memperoleh hasil yang sempurna. Oleh itu ini penting untuk pelatih menggunakan metode pengajaran seni tunggal agar dapat memenuhi kebutuhan siswa dan memastikan bahwa karakter dan keterampilan fisik yang mereka ajarkan dapat dicapai dengan cara yang ideal.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran jurus seni tunggal pada mata kuliah Pencak Silat Dasar terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan mahasiswa. Hasil penelitian ini mendukung penggunaan metode *pretest-posttest* sebagai alat evaluasi pembelajaran. Dosen disarankan untuk memodifikasi metode pengajaran dengan pendekatan yang lebih inovatif seperti penggunaan video modeling dan feedback instan untuk mengoptimalkan hasil belajar. Penelitian lanjutan disarankan untuk menguji efektivitas metode pembelajaran berbasis teknologi dan membandingkannya dengan metode konvensional.

### PERNYATAAN PENULIS

Dalam penelitian ini, peneliti belum pernah menerbitkan di jurnal/aksi/publikasi ilmiah lain dan tidak ada unsur plagiarisme. Penulis menulis artikel ini dalam keadaan sehat dan seadanya tanpa ada gangguan atau tekanan dari pihak lain.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aguss, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 164. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.9117>
- Anggela, T. S., & Damayanti, I. (2016). Perbandingan Penggunaan Kalori Atlet Pencak Silat Kategori Seni Tunggal Dengan Seni Regu Baku Tingkat Remaja Puteri Rd Fighting Club Subang. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 1(2), 44. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i2.2654>
- Aulia, A., Sayudi, F., Aulia, A., & Mekkah, U. S. (2023). Analisis Kondisi Fisik Dominan Atlet Seni Tunggal Pencak Silat Perguruan Merpati Putih Nagan Raya Tahun 2020 Ade Aulia 1, Fanny Sayudi 2, Fakhrullah 3. 2(2).
- Kawi, F., & Yuono, D. (2019). WADAH PENCAK SILAT DI JAKARTA terhadap pencak silat . Maksud dari perancangan proyek ini adalah menyediakan sebuah wisatawan pariwisata yang ingin mengetahui lebih lanjut tentang pencak silat , sebagai wadah sebagai jawaban tuntutan perkembangan informasi. *Jurnal STUP*, 1(1), 214–220.
- Kholis, N. (2016). Aplikasi Nilai-Nilai Luhur Pencak Silat Sarana Membentuk Moralitas Bangsa. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 2(2), 76.



[https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v2i2.508](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v2i2.508)

- Nuraida, N. (2016). Pengembangan Nilai-Nilai Karakter Melalui Pendidikan pencak Silat Untuk Anak Usia Dini (Studi Kasus di Paguron Pencak Silat Galura Panglipur Bandung). *Kagaku Kogaku Ronbunshu*, 5(3), 275–280. <https://doi.org/10.1252/kakoronbunshu.5.275>
- Pratama, T. Y. (2017). Pembelajaran Seni Pencak Silat Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Pendidikan Dan Kajian Seni*, 2(2), 183–195. <https://doi.org/10.30870/jpks.v2i2.2531>
- Subekti, N., Sudarmanto, E., & Fatoni, M. (2019). Belajar dan Berlatih Pencak Silat (A. Himawan). *Universitas Muhammadiyah Surakarta. Muppress@ Ums. Ac. Id.*
- Subekti, N., Warthadi, A. N., Mujahid, H., & Abdullah, A. (2021). Analisis Performa Speed dan Power Atlet Pencak Silat Level Elit. *Jurnal Olahraga Dan Prestasi*, 18, 39–45.
- Ummah, M. S. (2019). Penguatan Eksistensi Bangsa Melalui Seni Bela Diri Tradisional Pencak Silat. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/humanika.16.9>.
- Zalsabilla, R., & Wijaya, F. J. M. (2024). Pengaruh Latihan Imagery Terhadap Ketepatan Waktu Atlet Pencak Silat Kategori Jurus Tunggal Di Smp Yp 17 Surabaya. 7, 458–462.