



Tingkat Pemahaman Pelatih Dan Atlet Pencak Silat Kabupaten Rokan Hilir terhadap Peraturan Terbaru Pencak Silat Kategori Tanding IPSI Tahun 2022

Muhammad Anggi Pradana¹, Aref vai², Wedi S³, Kristi Agust⁴, Muhammad Imam Rahmatullah⁵, Hirja Hidayat⁶

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP Universitas Riau¹²⁴⁵⁶

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FKIP Universitas Riau³

m.anggi5353@unri.student.unri.ac.id¹, aref.vai@lecturer.unri.ac.id², wedi.s@lecturer.unri.ac.id³,
kristi.agust@lecturer.unri.ac.id⁴, muhammad.imam.rahmatullah@lecturer.unri.ac.id⁵,
hirja.hidayat@lecturer.unri.ac.id⁶

Abstrak

Penelitian ini di buat untuk mengetahui tingkat pemahaman pelatih dan atlet Kabupaten Rokan Hilir terhadap peraturan pertandingan pencak silat terbaru yaitu peraturan Munas IPSI Tahun 2022, permasalahan pada penelitian ini yaitu pergantian peraturan pertandingan pencak silat dari peraturan pertandingan Munas IPSI Tahun 2012 maka dari itu penulis ingin mengetahui bagaimana tingkat pemahaman pelatih dan atlet Kabupaten Rokan Hilir terhadap peraturan pertandingan yang baru, sehingga peneliti mengangkat judul penelitian tingkat pemahaman pelatih dan atlet pencak silat Kabupaten Rokan Hilir terhadap peraturan terbaru pencak silat kategori tanding munas IPSI Tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode survey atau penyebaran kuisioner penelitian yang berisi tiga indikator pertanyaan, peraturan pertandingan, larangan pertandingan dan wasit pertandingan. Hasil dalam penelitian ini di ketahui bahwa Pada aspek larangan pertandingan, pelatih dan atlet sama-sama berada pada kategori sedang, yaitu pelatih 47% dan atlet 73%. Pada aspek nilai teknis pertandingan, pelatih berada pada kategori sedang dengan persentase 40%, sedangkan atlet berada pada kategori tinggi dengan persentase 40%. Pada aspek wasit pertandingan, pelatih berada pada kategori rendah dengan persentase 66%, sedangkan atlet berada pada kategori sedang dengan persentase 33%.

Kata Kunci: Pencak Silat, Peraturan Pencak Silat, Pertandingan Pencak Silat, Munas IPSI.

Abstract

*This study aims to determine the level of understanding among coaches and athletes in Rokan Hilir Regency regarding the latest *pencak silat* competition regulations specifically those established at the 2022 IPSI National Conference (Munas). The study was prompted by the transition from the 2012 IPSI National Conference regulations to the new set of rules; consequently, the author sought to assess how well coaches and athletes in the region comprehend these updated regulations. The research is titled "The Level of Understanding of Pencak Silat Coaches and Athletes in Rokan Hilir Regency Regarding the Latest Pencak Silat Competition Regulations (Match Category: 2022 IPSI National Conference)." This is a quantitative descriptive study utilizing a survey method specifically the distribution of questionnaires covering three indicator categories: competition regulations, prohibited actions, and the role of the referee. The results indicate that regarding prohibited actions, both coaches and athletes fell into the "moderate" understanding category (47% for coaches and 73% for athletes). Regarding technical scoring, coaches fell into the "moderate" category (40%), while athletes fell into the "high" category (40%). Regarding the role of the referee, coaches fell into the "low" category (66%), whereas athletes fell into the "moderate" category (33%).*

Keyword: Pencak Silat, Pencak Silat Regulations, Pencak Silat Competition, IPSI National Congress.

PENDAHULUAN

Olahraga beladiri merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang telah dikenal sejak zaman dahulu sebagai sarana pertahanan diri sekaligus upaya menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Menurut Ilyas et al. (2024), olahraga beladiri tidak hanya berfungsi untuk melindungi diri dari ancaman, tetapi juga berperan dalam meningkatkan kondisi fisik dan mental seseorang. Syahrial (2020) menjelaskan bahwa olahraga beladiri merupakan perpaduan aktivitas fisik dengan unsur seni, teknik membela diri, olahraga, serta olah batin. Salah satu cabang olahraga beladiri yang berkembang dan menjadi warisan budaya Indonesia adalah pencak silat. Pencak silat merupakan seni beladiri asli Nusantara yang diwariskan secara turun-temurun dan menjadi bagian dari identitas budaya bangsa Indonesia (Mufarriq, 2021). Selain berfungsi sebagai sarana pertahanan diri, pencak silat juga mengandung unsur seni, olahraga, pendidikan karakter, dan prestasi. Kaharudin (2017) menyatakan bahwa pencak silat merupakan cabang olahraga yang terdiri atas rangkaian gerak tubuh yang terstruktur melalui sistem latihan dan pertarungan. Oleh karena itu, pencak silat tidak hanya menuntut kemampuan fisik, tetapi juga penguasaan teknik, strategi, serta pemahaman terhadap aturan pertandingan.

Perkembangan pencak silat sebagai olahraga prestasi semakin pesat setelah dibentuknya Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) pada tanggal 18 Mei 1948 di Surakarta sebagai organisasi yang menaungi dan mengembangkan pencak silat di Indonesia. IPSI dibentuk untuk mengoordinasikan pembinaan, pelestarian, dan pengembangan pencak silat sebagai seni budaya maupun olahraga prestasi. Sejak saat itu, pencak silat berkembang menjadi cabang olahraga yang dipertandingkan pada tingkat daerah, nasional, hingga internasional. Seiring perkembangan tersebut, peraturan pertandingan pencak silat juga terus mengalami penyempurnaan agar sesuai dengan kebutuhan olahraga modern dan menjamin sportivitas dalam pertandingan. Dalam olahraga prestasi, pemahaman terhadap peraturan pertandingan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan atlet. Saleh et al. (2024) menjelaskan bahwa regulasi pertandingan merupakan aspek penting yang harus dipahami oleh atlet maupun pelatih. Pemahaman yang baik terhadap peraturan akan membantu atlet dalam mengendalikan jalannya pertandingan, menentukan strategi yang tepat, serta menghindari tindakan yang dapat merugikan diri sendiri. Nopitasari dan Wahyudi (2022) juga menyatakan bahwa penguasaan peraturan pertandingan memberikan keuntungan bagi atlet karena memungkinkan mereka memahami batasan teknik yang

diperbolehkan maupun yang termasuk pelanggaran.

Meskipun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat atlet dan pelatih yang belum memahami secara menyeluruh perubahan peraturan pertandingan yang terus diperbarui. Harisky Mamfaiz (2022) menyebutkan bahwa keberhasilan atlet dalam pertandingan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknik dan kondisi fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh pemahaman terhadap aturan pertandingan, persiapan dasar, dan strategi yang digunakan selama kompetisi. Kurangnya pemahaman terhadap peraturan dapat menyebabkan atlet melakukan pelanggaran, kehilangan poin, bahkan mengalami diskualifikasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa pemahaman peraturan pertandingan merupakan kompetensi yang perlu dimiliki oleh setiap atlet dan pelatih pencak silat. Selain atlet, pelatih juga memiliki peran penting dalam memahami dan mengimplementasikan peraturan pertandingan. Pelatih yang memahami regulasi terbaru dapat merancang program latihan yang sesuai dengan ketentuan pertandingan, membimbing atlet dalam penerapan teknik yang efektif, serta mempersiapkan strategi yang tepat saat kompetisi. Sebaliknya, keterbatasan pemahaman pelatih terhadap perubahan aturan dapat berdampak pada kurang optimalnya pembinaan atlet dan pencapaian prestasi.

Berdasarkan kajian literatur tersebut, dapat diketahui bahwa pemahaman peraturan pertandingan merupakan faktor penting dalam pencapaian prestasi olahraga pencak silat. Namun, masih ditemukan permasalahan terkait rendahnya pemahaman atlet dan pelatih terhadap peraturan pertandingan terbaru, khususnya setelah adanya pembaruan regulasi dalam beberapa tahun terakhir. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai tingkat pemahaman peraturan pertandingan pencak silat pada atlet dan pelatih sebagai dasar dalam menyusun program pembinaan yang lebih efektif. Naskah ini disusun untuk mengkaji tingkat pemahaman peraturan pertandingan pencak silat pada atlet dan pelatih berdasarkan berbagai literatur dan hasil penelitian yang relevan. Pembahasan diawali dengan uraian mengenai konsep pencak silat dan perkembangan peraturan pertandingan, dilanjutkan dengan pentingnya pemahaman regulasi bagi atlet dan pelatih, faktor-faktor yang memengaruhi pemahaman peraturan, serta implikasinya terhadap prestasi olahraga. Setelah dilakukan observasi awal diketahui bahwa terdapat beberapa atlet dan pelatih yang belum mengerti mengenai peraturan terbaru, selain itu masih sedikit penelitian yang meneliti mengenai pemahaman atlet dan pelatih mengenai peraturan terbaru pencak silat. Oleh karena itu dikarenakan dua hal tersebut peneliti mengangkat

judul penelitian yang berjudul “Tingkat Pemahaman Pelatih dan Atlet Pencak Silat Kabupaten Rokan Hilir Terhadap Peraturan Terbaru Pencak Silat Kategori Tanding IPSI Tahun 2022”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Penelitian deskriptif sendiri merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan secara sistematis fakta dengan akurat tentang gejala (phenomena) tertentu yang menjadi pusat peneliti. Penelitian ini dilaksanakan di perguruan pencak silat yang ada di kabupaten Rokan Hilir yaitu PSHT, Tapak Suci, Persinas Asad, Merpati Putih, Patbambu. Penelitian ini dilaksanakan pada saat jadwal latihan perguruan terkait pada April 2026. Dalam penelitian kali ini populasi yang diambil dari seluruh penggiat olahraga pencak silat (IPSI) yang ada di Kabupaten Rokan Hilir baik atlet maupun pelatih dengan total 30 atlet dan pelatih. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 3 orang pelatih dan 3 orang atlet dari masing-masing perguruan yang berjumlah 5 perguruan pencak silat di Kabupaten Rokan Hilir, jika dijumlahkan keseluruhannya maka total sampel penelitian ini berjumlah 30 orang 15 pelatih dan 15 atlet. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasi dengan instrumen penelitian menggunakan angket tertutup. Pada penelitian ini teknik analisis data menggunakan persentase Penilaian Acuan Patokan (PAP). PAP sendiri merupakan menilai dengan membandingkan hasil tes dengan persentase yang sudah disusun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tes tingkat pemahaman pelatih dan atlet pencak silat Kabupaten Rokan Hilir terhadap peraturan terbaru pencak silat kategori tanding IPSI tahun 2022 yang diperoleh melalui dengan teknik tes. Data yang diperoleh dari tes atlet dan pelatih dibagi menjadi 3 kategori yaitu, larangan pertandingan kategori tanding, nilai teknis kategori tanding, wasit pertandingan kategori tanding. Hasil penelitian tingkat pemahaman pelatih pencak silat Kabupaten Rokan Hilir tentang peraturan terbaru kategori tanding dalam olahraga beladiri pencak silat tahun 2022 dari 15 pelatih yang melakukan tes keterampilan dasar pencak silat larangan pertandingan kategori tanding dengan hasil yaitu, kategori sangat tinggi dengan frekuensi 1 pelatih (7%), kategori tinggi

dengan frekuensi 2 pelatih (13%) kategori sedang dengan frekuensi 6 pelatih (47%), kategori rendah dengan frekuensi 3 pelatih (20%), kategori sangat rendah dengan frekuensi 2 pelatih (13%). Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman pelatih pencak silat tentang peraturan terbaru kategori tanding tentang larangan pertandingan di Kabupaten Rokan Hilir adalah berkategori “sedang” dengan persentase (47%). Berikut adalah tabel dari data di atas:

Tabel 1. Tabel Norma Hasil Penilaian Pelatih pada Larangan Pertandingan Kategori Tanding

NO	Presentase Rentang Skor		F	%	Kategori
1	$7,14 + 1,5 \times 1,51$	>9	1	7%	Sangat Tinggi
2	$7,14 + 0,5 \times 1,51$	9	2	13%	Tinggi
3	$7,14 - 0,5 \times 1,51$	7 - 8	6	47%	Sedang
4	$7,14 - 1,5 \times 1,51$	6	3	20%	Rendah
5	$7,14 - 2 \times 1,51$	≤ 5	2	13%	Sangat Rendah

Sumber: Data Primer (2026)

Hasil penelitian tingkat pemahaman atlet pencak silat Kabupaten Rokan Hilir tentang peraturan terbaru kategori tanding dalam olahraga beladiri pencak silat tahun 2022 dari 15 atlet yang melakukan tes keterampilan dasar pencak silat larangan pertandingan kategori tanding dengan hasil yaitu, kategori sangat tinggi dengan frekuensi 0 atlet (0%), kategori tinggi dengan frekuensi 1 atlet (7%) kategori sedang dengan frekuensi 11 siswa (73%), kategori rendah dengan frekuensi 1 atlet (7%), kategori sangat rendah dengan frekuensi 2 atlet (13%). Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman atlet pencak silat tentang peraturan terbaru kategori tanding tentang larangan pertandingan di Kabupaten Rokan Hilir adalah berkategori “sedang” dengan persentase (73%). Berikut tabel dari data di atas:

Tabel 2. Tabel Norma Hasil Penilaian Pelatih pada Larangan Pertandingan Kategori Tanding Atlet

NO	Presentase Rentang Skor		F	%	Kategori
1	$7,15 + 1,5 \times 1,405$	>9	0	0%	Sangat Tinggi
2	$7,15 + 0,5 \times 1,405$	9	1	7%	Tinggi
3	$7,15 - 0,5 \times 1,405$	7 - 8	11	73%	Sedang
4	$7,15 - 1,5 \times 1,405$	6	1	7%	Rendah
5	$7,15 - 1,5 \times 1,405$	≤ 5	2	13%	Sangat Rendah

Hasil penelitian tingkat pemahaman pelatih pencak silat Kabupaten Rokan Hilir tentang peraturan terbaru kategori tanding dalam olahraga beladiri pencak silat tahun 2022 dari 15 pelatih yang melakukan tes keterampilan dasar pencak silat nilai teknis pertandingan dengan hasil yaitu, kategori sangat tinggi dengan frekuensi 1 pelatih (7%), kategori tinggi dengan frekuensi 3 pelatih (20%) kategori sedang dengan frekuensi 6 pelatih (40%), kategori rendah dengan frekuensi 2 pelatih (13%), kategori sangat rendah dengan frekuensi 3 pelatih (20%). Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman pelatih pencak silat tentang peraturan terbaru nilai teknis pertandingan di Kabupaten Rokan Hilir adalah berkategori “sedang” dengan persentase (40%). Berikut adalah tabel dari atas:

Tabel 3. Tabel Norma Hasil Penilaian Nilai Teknis Pertandingan Pelatih

NO	Presentase Rentang Skor		F	%	Kategori
1	10,6 + 1,5 x 1,6	>13	1	7%	Sangat Tinggi
2	10,6 + 0,5 x 1,6	12-13	3	20%	Tinggi
3	10,6 - 0,5 x 1,6	11	6	40%	Sedang
4	10,6 - 1,5 x 1,6	9-10	2	13%	Rendah
5	10,6 – 1,5 x 1,6	≤ 8	3	20%	Sangat Rendah

Sumber: Data Primer (2026)

Hasil penelitian tingkat pemahaman atlet pencak silat Kabupaten Rokan Hilir tentang peraturan terbaru kategori tanding dalam olahraga beladiri pencak silat tahun 2022 dari 15 atlet yang melakukan tes keterampilan dasar pencak silat nilai teknis pertandingan dengan hasil yaitu, kategori sangat tinggi dengan frekuensi 0 atlet (0%), kategori tinggi dengan frekuensi 6 atlet (40%) kategori sedang dengan frekuensi 6 atlet (27%), kategori rendah dengan frekuensi 5 atlet (33%), kategori sangat rendah dengan frekuensi 0 atlet (0%). Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman atlet pencak silat tentang peraturan terbaru nilai teknis pertandingan di Kabupaten Rokan Hilir adalah berkategori “tinggi” dengan persentase (40%). Berikut adalah tabel dari data di atas:

Tabel 4. Tabel Norma Hasil Penilaian Nilai Teknis Pertandingan Atlet

NO	Presentase Rentang Skor		F	%	Kategori
1	10,6 + 1,5 x 1,6	>13	0	0%	Sangat Tinggi
2	10,6 + 0,5 x 1,6	12-13	6	40%	Tinggi
3	10,6 - 0,5 x 1,6	11	4	27%	Sedang

4	10,6 - 1,5 x 1,6	9-10	5	33%	Rendah
5	10,6 - 1,5 x 1,6	≤ 8	0	0%	Sangat Rendah

Sumber: Data Primer (2026)

Hasil penelitian tingkat pemahaman pelatih pencak silat Kabupaten Rokan Hilir tentang peraturan terbaru kategori tanding dalam olahraga beladiri pencak silat tahun 2022 dari 15 pelatih yang melakukan tes keterampilan dasar pencak silat kategori wasit pertandingan dengan hasil yaitu, kategori sangat tinggi dengan frekuensi 3 pelatih (20%), kategori tinggi dengan frekuensi 1 pelatih (7%) kategori sedang dengan frekuensi 1 pelatih (7%), kategori rendah dengan frekuensi 10 pelatih (66%), kategori sangat rendah dengan frekuensi 0 pelatih (0%). Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman pelatih pencak silat tentang peraturan terbaru nilai teknis pertandingan di Kabupaten Rokan Hilir adalah berkategori “rendah” dengan persentase (66%). Berikut adalah tabel dari data di atas:

Tabel 5. Tabel Norma Hasil Penilaian Kategori Wasit Pertandingan Pelatih

NO	Presentase Rentang Skor		F	%	Kategori
1	11,35 + 1,5 x 1,39	>13	3	20%	Sangat Tinggi
2	11,35 + 0,5 x 1,39	13	1	7%	Tinggi
3	11,35 - 0,5 x 1,39	12	1	7%	Sedang
4	11,35 - 1,5 x 1,39	10-11	10	66%	Rendah
5	11,35 - 1,5 x 1,39	≤ 9	0	0%	Sangat Rendah

Sumber: Data Primer (2026)

Hasil penelitian tingkat pemahaman atlet pencak silat Kabupaten Rokan Hilir tentang peraturan terbaru kategori tanding dalam olahraga beladiri pencak silat tahun 2022 dari 15 atlet yang melakukan tes keterampilan dasar pencak silat kategori wasit pertandingan dengan hasil yaitu, kategori sangat tinggi dengan frekuensi 1 atlet (7%), kategori tinggi dengan frekuensi 3 atlet (20%) kategori sedang dengan frekuensi 5 atlet (33%), kategori rendah dengan frekuensi 3 atlet (20%), kategori sangat rendah dengan frekuensi 3 atlet (20%). Sehingga dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman atlet pencak silat tentang peraturan terbaru nilai teknis pertandingan di Kabupaten Rokan Hilir adalah berkategori “sedang” dengan persentase (33%). Berikut tabel dari data di atas:

Tabel 6. Tabel Norma Hasil Penilaian Kategori Wasit Pertandingan Atlet

NO	Presentase Rentang Skor		F	%	Kategori
1	11,64 + 1,5 x 1,21	>13	1	7%	Sangat Tinggi
2	11, 64 + 0,5 x 1, 21	13	3	20%	Tinggi
3	11, 64 - 0,5 x 1, 21	12	5	33%	Sedang
4	11, 64 - 1,5 x 1,21	11	3	20%	Rendah
5	11, 64 - 1,5 x 1,21	≤ 10	3	20%	Sangat Rendah

Sumber: Data Primer (2026)

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman pelatih dan atlet pencak silat Kabupaten Rokan Hilir terhadap peraturan terbaru kategori tanding IPSI tahun 2022 masih belum merata. Pada aspek larangan pertandingan, pelatih dan atlet sama-sama berada pada kategori sedang, yaitu pelatih 47% dan atlet 73%. Pada aspek nilai teknis pertandingan, pelatih berada pada kategori sedang dengan persentase 40%, sedangkan atlet berada pada kategori tinggi dengan persentase 40%. Pada aspek wasit pertandingan, pelatih berada pada kategori rendah dengan persentase 66%, sedangkan atlet berada pada kategori sedang dengan persentase 33%. Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa pemahaman terhadap peraturan terbaru pencak silat kategori tanding masih perlu ditingkatkan, terutama pada pelatih yang memiliki peran penting dalam membina, mengarahkan, dan menyiapkan strategi bertanding atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, A., Muljono, P., & Herawati, T. (2016). *Persepsi dan partisipasi petani dalam*
- Fatoni, M., Nugroho, H., & Subekti, N. (2019). *Antropometri Factors Determinants of*
- Harisky Mamfaiz, A. (2022). *HUBUNGAN KETANGGUHAN MENTAL DENGAN PEAK PERFORMANCE PADA ATLET PENCAK SILAT TAPAK SUCI KABUPATEN BANJARNEGARA.*
- Himawan (ed.); Cetakan ke). Universitas Muhammadiyah Surakarta, Gedung I Lantai 1 Sayap Utara
- Ilyas, M. F., Arifin, S., Dirgantoro, E. W., Studi, P., Jasmani, P., Peratndingan, P., & Tanding, K. (2024). *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan TERHADAP*

*PERATURAN SILAT TERBARU KATEGORI TANDING TAHUN 2022 SATU
UNDERSTANDING OF THE LATEST COMPETITION CATEGORY IN 2022
SILAT ATHLETES ' Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan. 12, 0–8.*

Indonesia. Jakarta: PB IPSI.

- Kaharuddin, M. Z.(2017). *Biomechanics Analysis of Combat Sport (Silat)*
- Liputo, Nurhayati. 2019. *Pelatihan Pelatih Pencak Silat Di Kabupaten Gorontalo Dalam Upaya Peningkatan Kebugaran Jasmani Melalui Jurus Tunggal Baku. Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo. Vol. 561.*
- Mufarriq, M. U. (2021). Revitalisasi Nasionalisme Pemuda Melalui Pencak Silat. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 11(01), 37.
<https://doi.org/10.20527/kewarganegaraan.v11i01.10074>
- Munas, IPSI. (2012). *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Ikatan Pencak Silat Indonesia. Jakarta: PB IPSI.*
- Munas, IPSI. (2022). *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Ikatan Pencak Silat*
- Nopitasari, A. D., & Wahyudi, A. R. (2022). Tingkat Pemahaman Atlet Pencak Silat Usia Dewasa Kategori Tanding Di Ipsi Ponorogo Terhadap Peraturan Pertandingan Pencak Silat 2016. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(5), 1–6.
- pelaksanaan rehabilitasi tanaman kakao di Kabupaten Sigi Provinsi Sulawesi Tengah. Jurnal penyuluhan*, 12(2), 157-167. Depdikbud.Undang-undang Republik Indonesia NO. 11 tahun 2022.tentang keolahragaan
- Pencak Silat Tanding Category. 355(Pfeic), 44–48*
- Pratama, Rendra, Y., & Trilaksana, A. (2018). Perkembangan Ikatan Pencak Silat Indonesia (Ipsi) Tahun 1948-1973. *E-Journal Pendidikan Sejarah*, 6(3), 1–10.
file:///C:/Users/User/Documents/Document Fia/tugas-tugas penmas/semester 6/Bu tika/ipsi.pdf
- Roesdiyanto, & Budiwanto, S. 2008. “*Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga.*” Malang: Lab IKOR UNM.
- Saputro, S. K. (2014). *Proses Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Yang Merangkap Sebagai Atlet dengan Atlet Panjat Tebing yang Dilatihnya. Jurnal E-Komunikasi*, 2(2), 1-15.
- Subekti, N., Sudarmanto, E., & Fatoni, H. (2019a). *Belajar dan Berlatih Pencak Silat*
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung*
- Sukadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan , Universitas Negeri Yogyakarta.*

- Wibowo, Y. A. (2015). *Pengembangan ekstrakurikuler di sekolah Yogyakarta*. UNY
- Widoyoko, E. P. (2014). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yuwanto, L. & Sutanto, D. (2012). *Deskripsi Psikologis Atlet Remaja Berdasarkan Analisis Struktur EPPS*. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol 3. Hal 115-122.