

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Pengertian Ekstrakurikuler

Menurut Permendikbud No. 62 Tahun 2014 yang telah disesuaikan melalui Permendikbudristek No. 12 Tahun 2024, ekstrakurikuler didefinisikan sebagai kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan.

Selain itu Menurut Mulyana dkk (2023:171) Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pembinaan minat, bakat, kemampuan, dan potensi peserta didik yang diselenggarakan di luar jam pembelajaran oleh sekolah sebagai wadah untuk menyalurkan keterampilan, kreativitas, dan interaksi sosial siswa.

Sejalan dengan pendapat diatas menurut Hartina dan Siahaan, (2025:2027) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diadakan di luar jam pelajaran biasa, baik di sekolah atau di tempat lain, dengan sasaran untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang korelasi antara mata pelajaran yang berbeda, membina minat serta bakat mereka, dan mendorong pengembangan pribadi yang holistik. Kegiatan pengembangan diri dilakukan sebagai kegiatan ekstrakurikuler dan tidak bersifat wajib.

Berdasarkan dari beberapa pendapat di atas disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler di luar jam pelajaran resmi yang berfungsi sebagai wadah untuk membina minat, bakat, dan potensi peserta didik. Kegiatan ini diselenggarakan oleh sekolah untuk mengembangkan karakter, keterampilan sosial, dan kreativitas siswa, yang dalam konteks kurikulum saat ini diintegrasikan dengan penguatan Profil Pelajar Pancasila. Integrasi tersebut bertujuan membekali siswa dengan kompetensi yang relevan guna untuk mempersiapkan mereka menghadapi tantangan di masa depan.

2. Pengertian Pencak Silat

Menurut Topan S. M., dkk. (2026:96) Pencak silat merupakan sebuah hasil produk budaya manusia yang dimaksudkan sebagai bentuk pembelaan dan pertahanan diri atas kejahatan. Selain itu pencak silat merupakan jalan hidup manusia terhadap lingkungannya yang diharapkan dapat membantu dalam meningkatkan taraf atau mutu pada keimanan dan ketakwaan manusia. Lebih dari itu, pencak silat juga termasuk cabang olahraga (cabor) yang cukup populer di tengah masyarakat dengan sejumlah manfaat yang dapat dijadikan sebagai instrumen guna meningkatkan sisi kognitif, afektif, psikomotor manusia.

Selain itu, menurut Darmawan dkk (2023:29) istilah "Pencak Silat" merupakan gabungan antara dua kata, yaitu "Pencak" yang mengacu pada gerakan tubuh dan tarian yang ekspresif, serta "Silat"

yang merujuk pada seni bela diri atau teknik bertarung. Pencak Silat tidak hanya melibatkan keterampilan fisik untuk membela diri, tetapi juga mencakup aspek filosofis, budaya, dan spiritual. Setiap aliran Pencak Silat memiliki gaya yang unik, gerakan khas, serta nilai-nilai etika yang diajarkan kepada para praktisi. Praktik Pencak Silat melibatkan teknik-teknik bertarung, penggunaan senjata tradisional, serta gerakan-gerakan yang sering diiringi dengan musik tradisional atau nyanyian. Selain sebagai keterampilan bela diri, Pencak Silat juga dianggap sebagai bagian dari identitas budaya suatu komunitas atau daerah. Pencak Silat tidak hanya terbatas pada warisan budaya Indonesia, melainkan juga telah dikenal secara internasional sebagai bentuk seni bela diri yang kaya akan nilai-nilai sejarah, budaya, dan filosofi.

Sejalan dengan pendapat di atas menurut Muhammad (2023:206) Pencak silat adalah sebuah usaha kita untuk melindungi diri kita dari serangan manusia atau yang lainnya. Dengan belajar pencak silat kita tidak mungkin dilecehkan ataupun di rendahkan oleh orang lain sebab dengan pencak silat mampu membuat sikap dan perilaku menjadi berubah tergantung berubah menjadi positif ataupun negative, tergantung bagaimana kita belajar ataupun mempergunakan pencak silat yang kita ikuti. Pencak silat juga merupakan kepatuhan, kemandirian mengandung kedisiplinan, dan menonjolkan sifat yang

mengutamakan moral. Jadi pencak silat bukan menyerang tetapi mempertahankan diri.

Berdasarkan dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pencak silat merupakan suatu seni bela diri tradisional yang tidak hanya berfungsi sebagai sarana pembelaan dan pertahanan diri, tetapi juga sebagai bagian dari budaya yang mengandung nilai-nilai filosofis, moral, dan spiritual. Pencak silat berperan dalam membentuk kepribadian individu melalui pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, serta menanamkan sikap disiplin, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Selain itu, pencak silat juga menjadi identitas budaya yang memiliki ciri khas pada setiap alirannya dan telah berkembang hingga dikenal di tingkat internasional sebagai warisan budaya yang kaya akan nilai sejarah dan etika.

3. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam ekstrakurikuler pencak silat

a. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam ekstrakurikuler pencak silat

Menurut Alyadi dkk, (2024:23) metode pelaksanaan yang digunakan pada ekstrakurikuler pencak silat yaitu:

1) Metode ceramah

Metode ceramah merupakan metode yang digunakan pelatih untuk menjelaskan gerakan kepada siswa dan menjelaskan cara melakukan agar mudah dikuasai dengan baik. Sehingga keberhasilan metode ini sangat bergantung pada penguasaan

pelatih dalam memberikan materi yang diajarkan, kemampuan bahasa, intonasi suara, penggunaan media dan variasi gaya mengajar.

2) Metode demonstrasi

Metode demonstrasi merupakan metode utama yang digunakan pelatih pencak silat pada pembelajaran kegiatan ekstrakurikuler pencak silat. Metode demonstrasi ini digunakan untuk melatih siswa dalam mempelajari gerakan yang diajarkan serta meningkatkan kemampuan siswa dalam mempelajari gerakan yang diajarkan.

Metode demonstrasi dapat meningkatkan ketrampilan, inovasi dan kreativitas, dengan melakukan pelatihan ketrampilan dengan memperhatikan perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Pelatih menerapkan metode demonstrasi dengan cara memberikan contoh gerakan pelan dengan hitungan. Kemudian siswa melakukan latihan berulang ulang hingga menguasai gerakan yang telah diajarkan.

Kemampuan siswa dalam menguasai gerakan diajarkan baru akan terlihat ketika pelatih menyampaikan gerakan dan siswa bisa meniru gerakan yang sama dan menghafal setiap gerakan dengan baik. Selain itu Kemampuan siswa dalam melakukan gerakan merupakan salah satu respon dari rasa yang terdapat dalam diri siswa, siswa yang sudah menguasai gerakan

yang diajarkan dapat menginovasikan menjadi pola langkah-langkah yang baru.

Sejalan dengan pendapat diatas, menurut Iskandar dkk (Ihsan 2018:22) metode pelaksanaan yang digunakan pada ekstrakurikuler pencak silat yaitu:

1. Metode demonstrasi

Dalam metode demonstrasi, guru langsung memberikan contoh/mendemonstrasikan gerak kepada siswa. Selama guru memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan gerakan, siswa memerhatikan secara seksama. Setelah itu siswa melakukan gerakan sesuai dengan yang diperagakan guru. Guru mengamati dan melakukan koreksi baik secara klasikal maupun secara individual.

2. Metode simulasi

Metode simulasi merupakan metode yang digunakan untuk memberikan kesempatan kepada siswa, untuk mengalami situasi yang cenderung jarang dijumpai dalam kehidupan nyata dan berinteraksi serta belajar dalam situasi tersebut. Metode ini cocok digunakan dalam mempraktikkan penyelenggaraan pertandingan pencak silat. Di sini siswa berperan sebagai pelaksana, sebagai wasit dan sebagai atlet.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa metode pelaksanaan pembelajaran dalam ekstrakurikuler pencak silat merupakan perpaduan antara aspek kognitif, motorik, dan pengalaman langsung. Pembelajaran dimulai dengan metode ceramah untuk memberikan pemahaman teoretis melalui penjelasan instruksional pelatih, yang kemudian dilanjutkan dengan metode demonstrasi sebagai teknik utama. Dalam metode demonstrasi, pelatih memberikan contoh visual yang diikuti dengan peniruan dan pengulangan oleh siswa sehingga gerakan dasar dikuasai dan dapat dikembangkan secara inovatif. Selain penguasaan teknik, metode simulasi juga diterapkan untuk memberikan pengalaman praktis dalam situasi nyata, seperti suasana pertandingan, sehingga siswa tidak hanya mahir secara fisik tetapi juga memahami peran dan aturan dalam lingkup olahraga pencak silat secara komprehensif.

b. Jenis gerakan metode demonstrasi dalam pencak silat

Menurut Prayogo, (2021:5-9) Pencak silat memiliki banyak sekali gerakan yang bisa dipelajari, jenis gerakan yang bisa dipelajari dalam pencak silat meliputi:

1. Kuda-kuda

Teknik yang paling dasar dari pencak silat adalah teknik kuda-kuda. Posisi teknik ini harus dikuasai oleh para praktisi dan pemain. Teknik ini adalah dengan berdiri dan siap menghadapi

lawan. Kuda-kuda ini juga mempunyai beberapa jenis posisi atau sikap yang bisa anda pilih sesuai dengan kenyamanan anda pada saat melakukannya.

- a. Kuda-kuda belakang yaitu posisi harus menumpukan berat badan pada kaki belakang. Tumit kaki anda bisa ditumpukan untuk berpijak dan tubuh agak condong ke depan. Kaki bagian depan bisa berjinjit dengan tumit ditapakkan ke permukaan tanah.
- b. Kuda-kuda depan yaitu posisi kuda-kuda depan ini salah satu kaki harus berada didepan dan yang lainnya berada dibelakang dengan lurus. Sampingkan kaki belakang kearah keluar dan tumpukan berat badan ke depan. Badan dalam posisi tegap dan fokuskan pandangan kearah depan.
- c. Kuda-kuda samping posisikan diri anda dengan salah satu kaki ditekuk kesamping. Sementara itu kaki yang lain diluruskan kearah samping lainnya. Tumpukan berat badan dibagian kaki yang ditekuk dan tubuh harus dalam kondisi tegap agar pundak bisa segaris dengan kaki.
- d. Kuda-kuda silang depan Ini adalah teknik gabungan antara kuda-kuda depan dan samping. Caranya salah satu kaki ditapakkan ke arah depan dan ditekuk. Kaki ini digunakan sebagai penopang berat badan. Posisikan sentuhan ujung jari dan ibu jari kepermukaan tanah.

- e. Kuda-kuda silang belakang merupakan kebalikan dari kuda-kuda silang depan, dimana bisa dilakukan dengan cara memposisikan salah satu kaki untuk menopang berat tubuh serta kaki yang lain dibuat ringan. Posisikan badan mengarah ke belakang dan posisi kaki yang ringan ada didepan sedikit.
- f. Kuda-kuda tengah yang perlu dilakukan adalah melebarkan kedua kaki kemudian ditekuk. Tekukan ini bertujuan untuk membuat badan bisa lebih rendah sehingga berat badan bisa ditumpukan ke bagian titik tengah tubuh.

2. Sikap Pasang

Sikap pasang merupakan sebuah posisi yang dikombinasikan dengan kuda-kuda dan bersifat fleksibel sesuai dengan situasi bertahan ataupun menyerang. Hal ini dikarenakan disaat seorang pesilat bergerak dalam pertarungan, sikap dan gerakan tubuh akan selalu berubah seiring dengan perubahan posisi lawannya. Setelah menangkap titik lemah dari pertahanan lawan, maka selanjutnya seorang pesilat akan mencoba menyerang dengan serangan cepat, tepat serta terukur.

Terdapat banyak sikap pasang di dalam teknik dasar pencak silat in, karena sikap pasang ini dapat menjadi ciri khas dari setiap aliran atau perguruan pencak silat dan merupakan ukuran untuk membedakan antara satu dengan yang lainnya. secara umum,

terdapat empat sikap pasang yang sudah sangat dikenal secara luas, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Pasang satu adalah teknik bersikap dimana posisi badan anda dalam kondisi tegap dan kedua tangan disisi tubuh. Dalam keadaan sikap silat, kedua kaki dapat dibuka yang lebarnya bisa disertakan dengan lebar bahu.
- b. Posisi dua adalah salah satu sikap dalam pencak silat dimana badan berposisi tegak sambil membuka kedua kaki sebahu. Pastikan posisi tangan dalam kondisi mengepal dan sejajarkan dengan pinggang.
- c. Pasang tiga dalam pasang tiga ini posisi badan persis seperti ketika melakukan pasang dua. Tetap membuka membuka kaki selebar bahu sambil mengangkat tangan sejajar dengan mata dan kepala tangan dalam kondisi terbuka.
- d. Pasang empat sikap yaitu badan dan pandangan mata seperti pasang tiga, yang membedakan adalah pada tangan diangkat sejajar dengan mata namun dalam posisi silang dan tangan dikepal rapat.

3. Pukulan

Gerakan pukulan pada pencak silat dapat digunakan pada saat menyerang ataupun bertahan. Teknik dasar pencak silat berikutnya adalah pemahaman empat jenis pukulan yaitu pukulan lurus, tegak, bandul dan melingkar.

- a. Pukulan lurus merupakan pukulan yang dilakukan dengan mengarahkan salah satu tangan untuk memulai aksi memukul ke depan. Target utamanya adalah dada lawan, pastikan tangan yang lain melindungi diri sendiri terutama bagian perut keatas.
- b. Pukulan bandul merupakan pukulan yang dilakukan dengan satu tangan mengepal diayun ke arah sasaran ulu hati, sedangkan tangan yang lain digunakan untuk menutup kearah lawan.
- c. Pukulan melingkar yaitu tujuan utama dari gerakan ini adalah menargetkan pinggang lawan, dengan cara bergerak mendekati lawan yang mana gerakan tubuh dan bahu harus mendukung gerakan ini.
- d. Pukulan tegak target pukulan ini adalah bahu lawan terutama sisi kanan, walau bisa juga digunakan untuk menyerang bahu lawan sebelah kiri.

4. Tendangan

Teknik dasar pencak silat yang tak kalah pentingnya adalah tendangan. Pada dasarnya terdapat empat jenis tendangan pada pencak silat yaitu tendangan A yang lurus ke depan, tendangan C yaitu tendangan dari samping, tendangan T yang menggunakan telapak kaki dan tendangan belakang.

- a. Tendangan Lurus (A)

Cara melakukan tendangan ini adalah dengan menghentakkan kaki kearah depan, menggunakan telapak kaki yang dibuat sejajar dengan bahu.

b. Tendangan Samping (C)

Teknik gerakan yang perlu dikuasai adalah menendang menggunakan punggung kaki.

c. Tendangan T

Gerakan ini dilakukan dengan cara posisi tubuh mengarah menyamping dan memanfaatkan hentakan telapak kaki kemudian menendang ke depan sehingga posisi seperti huruf T.

Selain itu menurut Sugiharto dan Rejeki, (2023:169-170) jenis gerakan demonstrasi dalam pencak silat meliputi :

1. Kuda Kuda

Kuda-Kuda Istilah kuda-kuda sangat akrab digunakan dalam bela diri pencak silat. Posisi ini digambarkan seperti orang menunggang kuda. Kuda-kuda merupakan posisi dasar dalam melakukan teknik selanjutnya.

Kuda-kuda adalah teknik yang memperlihatkan sikap dari kedua kaki dalam keadaan statis. Teknik ini digunakan untuk mendukung sikap pasang pencak silat. Kuda-kuda juga digunakan sebagai latihan dasar pencak silat untuk memperkuat otot-otot kaki.

kuda-kuda dapat dibedakan menjadi beberapa klasifikasi antara lain. Kuda-kuda ringan, yakni kuda-kuda dengan salah satu atau kedua

kaki menopang sebagian berat badan cenderung bersifat aktif. Kuda-kuda sedang, yakni sikap kuda-kuda dengan dua kaki menopang sebagian berat badan, bisa bersifat aktif ataupun pasif. Kuda-kuda berat, yakni sikap kuda-kuda yang salah satu atau kedua kaki menopang seluruh berat badan dan cenderung bersifat pasif.

2. Pola Langkah

Langkah merupakan teknik gerak kaki dalam pemindahan dan pengubahan posisi untuk mendekati atau menjauhi lawan guna mendapatkan posisi yang lebih menguntungkan yang dikombinasikan dengan sikap tubuh dan tangan. Pola langkah digunakan apabila dua pesilat saling mencari poin pada saat bertanding, adanya pola langkah yang dibentuk secara benar memudahkan seseorang dalam melakukan tekanan ataupun keluar dari sebuah tekanan. Pola langkah merupakan hal yang pokok dalam sebuah pertandingan, dimana atlet pencak silat dalam melakukan serangan ataupun bertahan dapat menyusun strategi ataupun teknik yang akan dilakukan.

Pengenalan pola langkah terhadap anak yang dikenalkan melalui bentuk bermain merupakan hal yang sesuai dengan kebutuhan anak, sehingga diharapkan nantinya atlet pencak silat pada saat remaja ataupun dewasa pola langkah ini sudah terpondasi secara baik dan benar. Terbentuknya pondasi pola langkah yang baik akan sangat mempermudah atlet dalam memenangkan sebuah pertandingan serta

pola langkah akan sangat menentukan kecerdikan atlet pencak silat pada saat bertanding.

3. Bela'an

Bela'an adalah upaya untuk menggagalkan serangan dengan tangkisan atau menghindari lawan. Bela'an terdiri dari dua macam yaitu tangkisan dan hindaran. Tangkisan adalah suatu teknik bela'an untuk menggagalkan serangan lawan dengan melakukan tindakan menahan serangan lawan menggunakan tangan, kaki, dan tubuh. Hindaran adalah suatu teknik menggagalkan serangan lawan yang dilakukan tanpa menyentuh tubuh lawan.

4. Serangan

Serangan adalah gerakan yang dilakukan seorang atlet pencak silat yang bertujuan mendapatkan nilai dengan melakukan tendangan ataupun pukulan dengan sasaran yang sah sesuai peraturan pertandingan. Ada beberapa jenis serangan dalam olahraga pencak silat diantaranya. Serangan tangan yakni serangan yang dilakukan dengan menggunakan pukulan, mengenai pada bagian yang sah sesuai dengan peraturan pertandingan. Serangan kaki yakni serangan yang dilakukan dengan menggunakan kaki, mengenai pada bagian yang sah sesuai dengan peraturan pertandingan.

5. Tangkapan

Tangkapan merupakan teknik menangkap tangan, kaki, ataupun anggota badan lawan dengan satu atau dua tangan dan akan

dilanjutkan dengan gerakan lain. Beberapa penjelasan mengenai unsur yang dibutuhkan dalam cabang olahraga pencak silat. Peneliti mengambil kesimpulan bahwa unsur yang ada di dalam olahraga pencak silat haruslah termuat pada model latihan untuk anak. Penjelasan di atas mengarahkan model yang akan digunakan untuk anak usia 9-12 tahun menggunakan pendekatan permainan tradisional harus memenuhi unsur gerak yang telah dijelaskan di atas, diantaranya kuda-kuda, pola langkah, sikap pasang, belaan, serangan dan tangkapan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa jenis gerakan demonstrasi dalam pencak silat merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh pesilat karena menjadi fondasi dalam melakukan berbagai gerakan lanjutan, baik untuk menyerang maupun bertahan. Kuda-kuda berfungsi sebagai dasar keseimbangan tubuh, sikap pasang sebagai posisi kesiapan, pola langkah sebagai teknik perpindahan posisi, pukulan dan tendangan sebagai bentuk serangan, belaan sebagai upaya mempertahankan diri dari serangan lawan, serta tangkapan sebagai teknik mengendalikan gerakan lawan. Dengan menguasai berbagai gerakan dasar tersebut, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan motorik, koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, serta keterampilan dasar pencak silat secara optimal.

3. Manfaat pelaksanaan pencak silat

Menurut Guretno, (2026:35) manfaat pencak silat untuk anak usia dini yaitu :

a. Gerakan dasar pencak silat sebagai latihan motorik kasar

Pencak silat melibatkan gerakan otot besar, seperti berlari, melompat, menendang, dan kuda kuda. Gerakan tersebut sesuai dengan tahap perkembangan motorik kasar anak usia dini yang sedang dalam masa keemasan untuk melatih koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan tubuh.

b. Keseimbangan dan koordinasi tubuh

Anak-anak dilatih menjaga keseimbangan melalui posisi kuda-kuda, serta melatih koordinasi tangan dan kaki melalui pukulan dan tendangan. Hal ini mendukung keterampilan dasar motorik yang menjadi pondasi bagi aktivitas fisik selanjutnya.

c. Kelincahan, kekuatan, dan keberanian

Latihan pencak silat mengembangkan kelincahan melalui perubahan gerak cepat, kekuatan melalui latihan otot besar, dan keberanian melalui keterlibatan anak dalam gerakan bela diri sederhana. Aspek ini penting untuk mengoptimalkan fisik dan mental anak sejak usia dini.

d. Nilai disiplin dan sosial-emosional

Selain manfaat motorik kasar, pencak silat juga menanamkan nilai disiplin, keberanian, sportivitas, dan kerjasama. Hal ini sejalan

dengan perkembangan sosial-emosional anak yang pada usia dini mulai belajar berinteraksi, mengikuti aturan, dan mengontrol emosi.

e. Kesesuaian dengan karakteristik anak usia dini

Anak usia dini belajar paling efektif melalui aktivitas yang melibatkan gerakan, bermain, dan imitasi. Pencak silat sebagai kegiatan ekstrakurikuler memenuhi kebutuhan tersebut dengan cara menyenangkan, sekaligus mendukung perkembangan fisik dan mental.

Selain itu, menurut Sintia (Syamsu Yusuf L.N dan Nani M Sugandhi 2018:48-53). manfaat pencak silat untuk anak-anak berdasarkan beberapa karakteristik anak usia dini yaitu :

a. Keunikan pada Anak

Sifat anak yang unik terkadang membuat orang dewasa bingung dalam memilihkan aktifitas yang cocok untuk mereka. Mengikutsetakannya dalam aktifitas bela diri bisa menjadi salah satu solusi bagi orang tua. Beberapa kali dapat ditemukan alasan orang tua yang mengikutserkan anaknya ke dalam aktivitas pencak silat karena alasan :

- 1) Sang anak dirasa memiliki energi yang berlebih sehingga membutuhkan wadah penyaluran energi yang positif.
- 2) Sang anak seringkali tantrum atau melakukan kekerasan terhadap temannya sehingga perlu arahan yang tepat.

- 3) Sang anak merupakan korban kekerasan dari temannya (bullying).
- 4) Sang anak terlalu pendiam sehingga dirasa perlu aktivitas fisik yang memacu gerak serta berbaur dengan teman sebayanya.

Alasan-alasan tersebut dapat menunjukan bahwa anak itu unik. Setiap anak berbeda dalam segala hal. Keikutsertannya dalam pencak silat terutama dengan penanganan dan materi yang tepat akan memfasilitasi keunikan mereka. Keunikan itu tidak boleh dihilangkan, melainkan diarahkan.

b. Egosentris dan spontan

Pemahaman anak yang egosentris, yaitu hanya pada sudut pandang mereka sendiri harus diarahkan agar tidak terjadi kesalahpahaman. Tontonan anak-anak dari berbagai media elektronik seperti film, sinetron, youtube dan *games* online yang mengandung kekerasan bisa dengan cepat mereka serap secara spontan tanpa memikirkan hal lainnya. Akibatnya terjadi tindakan menyakiti teman atau berkelahi dengan teman.

Keikutsertaan dalam pencak silat dapat membantu memberikan pemahaman mana yang boleh ditiru dan mana yang tidak boleh ditiru, mana yang membahayakan dan mana yang tidak membahayakan, mana yang baik dan mana yang tidak baik. Selain itu saya juga seringkali memberitahukan kepada anak mengenai bagian tubuh yang sangat berbahaya jika terkena pukulan atau

tendangan. Hal ini disampaikan agar anak-anak tidak dengan mudah memukul atau menendang sesama.

c. Aktif dan energik

Anak yang sehat sudah dipastikan akan aktif dan energik. Orang tua seringkali keteteran menghadapi anak seperti ini. Jika tidak disalurkan kedalam aktivitas fisik yang baik, dikhawatirkan akan menimbulkan aktivitas negatif yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Begitu banyak kegiatan yang bisa diikuti oleh anak-anak seperti menari, memanah, menggambar, sepak bola. Semua sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak. Namun silat bisa menjadikan aktivitas yang *all in one* karena di dalamnya selain berlatih fisik, anak-anak juga berlatih untuk fokus, meningkatkan daya ingat serta dibentuk mental dan spiritualnya.

d. Rasa ingin tahu yang kuat dan antusias

Setiap kali melatih, saya selalu memberikan waktu kepada anak-anak untuk bercerita dan bertanya tentang banyak hal, biasanya 10 sampai 15 menit sebelum hening penutup. Mulai dari cerita mengenai mainan kesukaan, aktivitas liburan, aktivitas di sekolah, sampai pertanyaan mengenai teknik dasar yang mereka anggap menarik. Dalam sesi ini saya seringkali mengaitkan apapun dengan pencak silat.

Saya juga seringkali menekankan bahwa pencak silat itu bela diri Indonesia yang sangat keren dan harus dilestarikan. Tidak lupa juga saya sampaikan sekilas sejarah pencak silat, khususnya Perisai Diri. Karena saya rasa cukup penting seorang anak mengetahui asal mula dari aktivitas yang diikutinya agar mereka menghargai dan mencintai aktivitas yang diikutinya. Selanjutnya pertanyaan dan pernyataan unik akan terucap dari anak-anak. Hal ini bisa melatih mereka untuk bereksplorasi dan berimajinasi. Sebagai contoh, saat saya menceritakan mengenai arena pertandingan, mereka berpikir bahwa lawan kita itu adalah penjahat. Saat saya menyampaikan bahwa kita hanya boleh menendang dan memukul punching pad, bantal, atau bola, mereka menambahkan bahwa mereka juga boleh menendang dan memukul penculik. Pemikiran mereka memang penuh dengan fantasi, maka tugas sebagai pelatih adalah meluruskannya dengan tetap memperhatikan batas pemikiran anak dengan cara sederhana.

e. Masih mudah frustrasi dan Kurang Pertimbangan

Materi yang saya sampaikan saat melatih silat kepada anak usia dini lebih kepada kelincahan, kelenturan, teknik dasar dan games. Latihan sparing belum saya latihkan kepada mereka dikarenakan selain dari segi psikologis yaitu khawatir anak menjadi trauma, takut ataupun akan mempraktikkan terhadap sesamanya, secara fisik juga tulang mereka belum kuat untuk

menerima benturan. Walaupun berlatih menggunakan pelindung, resiko benturan tetap saja ada. Apalagi anak-anak belum bisa mengontrol emosi. Dalam hal kompetisi, seperti balap lari, melompat, dan mengambil *cone*, beberapa anak yang kalah bisa saja menangis atau marah. Seringkali juga terjadi aksi berebut dan menyerobot antrean saat diminta baris/antre untuk menendang atau memukul *punching pad*, hingga akhirnya ada yang marah dan menangis karena terinjak atau tertabrak.

Disinilah peran pelatih untuk mengingatkan betapa pentingnya kompetisi, bahwa kita tidak selamanya menang. Selain itu kompetisi juga melatih kesungguhan, bahwa kalau ingin menang maka harus tertib dan berusaha dengan sungguh-sungguh.

Ketertiban sangat penting bagi anak-anak. Tertib berkaitan dengan saling menghargai, siapa yang terlebih dahulu siap dan mengikuti anturan, maka dia yang berhak terlebih dahulu menendang atau memukul *punching pad*. Jika ada yang berusaha menyerobot harus segera diingatkan bahwa hal tersebut tidak boleh dilakukan lagi karena selain menjadi tidak rapi, efek lainnya bisa menyakiti teman. Dari hal-hal sederhana tersebut kita bisa mengajarkan pembiasaan yang positif yang akan terbawa di setiap aktivitas hidup anak-anak baik di sekolah maupun di rumah.

f. Bergairah untuk belajar dan banyak belajar dari pengalaman

Anak-anak memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan merupakan seorang peniru ulung. Sangat penting diberi pengertian mengenai batasan yang harus dia pelajari atau tiru. Saat melihat adegan kekerasan baik dari media elektronik maupun melihat langsung perilaku teman yang berbuat kasar, mereka bisa dengan mudah meniru dan menganggap hal tersebut adalah merupakan pengalaman menarik.

Oleh karena itu melalui aktivitas bela diri, seorang pelatih dan orang tua bisa bekerja sama memberikan arahan serta pantauan mengenai aktifitas anak-anak di tempat latihan dan di rumah.

g. Semakin menunjukkan minat terhadap teman

Mendapatkan teman baru saat diluar rumah bisa menjadi sebuah kebahagiaan bagi anak-anak. Tidak jarang pula mereka mengidolakan beberapa temannya. Karakteristik ini bisa dijadikan sarana untuk membentuk kepribadian anak. Di dalam pencak silat, kita bisa mengajarkan anak mengenai konsep kasih sayang, saling melindungi, bekerja sama, saling menghargai dan percaya diri. Saya membiasakan anak untuk memimpin salah satu sesi latihan secara bergantian. Misalnya memimpin berdoa, pemanasan atau memberi aba-aba saat bergerak. Selain itu saya juga seringkali membuat konsep pertunjukan dimana ada penonton dan

aktor. Aktor bertugas melakukan gerakan di hadapan teman-temannya. Teman yang lain menonton sang aktor dan memberikan semangat serta penghargaan berupa tepuk tangan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa manfaat pelaksanaan pencak silat untuk anak usia dini tidak hanya berperan dalam mengembangkan kemampuan fisik, tetapi juga mendukung perkembangan aspek kognitif, sosial, emosional, dan karakter anak. Melalui berbagai gerakan dasar seperti kuda-kuda, pukulan, tendangan, serta aktivitas permainan yang menyenangkan, pencak silat dapat melatih motorik kasar, keseimbangan, koordinasi tubuh, kelincahan, kekuatan, dan keberanian anak. Selain itu, pencak silat menjadi sarana yang efektif untuk menyalurkan energi anak secara positif, meningkatkan konsentrasi, rasa percaya diri, serta mengembangkan kemampuan bersosialisasi dengan teman sebaya. Kegiatan ini juga menanamkan nilai-nilai disiplin, sportivitas, tanggung jawab, kerja sama, saling menghargai, dan pengendalian emosi. Dengan demikian, pencak silat merupakan kegiatan yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini karena dilakukan melalui aktivitas gerak, bermain, dan meniru yang dapat mendukung tumbuh kembang anak secara optimal

4. Faktor pendukung dan faktor penghambat pelaksanaan pencak silat

a. Faktor pendukung pelaksanaan pencak silat

Menurut Mahfuzah, (2025:93) faktor pendukung pelaksanaan pencak silat yaitu :

1. Pelatih yang menguasai

Pelatih yang kompeten dan berpengalaman menjadi faktor utama dalam keberhasilan ekstrakurikuler pencak silat. Dengan keahlian yang dimiliki, pelatih dapat memberikan teknik yang benar serta membimbing siswa dalam membentuk karakter disiplin dan tanggung jawab.

2. Kemauan anak

Kemauan yang tinggi dari siswa menjadi modal penting dalam kelancaran kegiatan. Anak yang antusias dan dapat diatur dengan baik akan lebih mudah menerima pelatihan serta menerapkan nilai-nilai karakter yang diajarkan.

3. Sarana dan prasarana yang memadai

Ketersediaan tempat latihan, alat bantu latihan, dan fasilitas pendukung lainnya akan membantu efektivitas pembelajaran pencak silat serta menciptakan suasana latihan yang nyaman dan aman bagi siswa.

4. Peran orang tua

Dukungan orang tua dalam bentuk motivasi, pendampingan, serta pemenuhan kebutuhan siswa (seperti seragam dan perlengkapan latihan) sangat berpengaruh terhadap kelangsungan dan keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler ini.

Selain itu, menurut Kurnia (2025:83) faktor pendukung pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat yaitu :

1. Dukungan orang tua atau wali murid

Dukungan orang tua sangat penting dalam keberhasilan program pencak silat karena mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi anak untuk mengikuti kegiatan pencak silat dengan baik.

2. Prasarana atau lokasi latihan

Adanya prasarana yang cukup luas sehingga anak bisa melakukan kegiatan ekstrakurikuler Pencak silat dengan aman dan nyaman.

3. Minat dan bakat anak

Adanya ketertarikan bawaan anak terhadap pencak silat dapat mendukung keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat. Ketika anak memiliki ketertarikan yang tinggi dan didukung kemampuan dasar yang baik, maka proses latihan akan berjalan lebih efektif.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat merupakan segala hal yang membantu kelancaran dan keberhasilan pelaksanaan kegiatan pencak silat di sekolah. Faktor pendukung tersebut meliputi kompetensi pelatih, kemauan serta minat anak dalam mengikuti latihan, dukungan orang tua, dan tersedianya sarana prasarana yang memadai. Adanya faktor-faktor pendukung tersebut dapat membantu

meningkatkan keterampilan peserta didik, menumbuhkan karakter disiplin dan tanggung jawab, serta menciptakan proses latihan yang aman dan nyaman.

b. Faktor penghambat pelaksanaan pencak silat

Menurut Purwaningsih S. W. dkk, (2025:7727) faktor penghambat pelaksanaan pencak silat yaitu :

1. Sarana dan prasarana yang kurang memadai

Kurangnya sarana dan prasarana sangat mempengaruhi kegiatan ekstrakurikuler pencak silat. Kekurangan perlengkapan seperti matras, body protector, dan fasilitas lainnya menjadi hambatan. Oleh karena itu sarana dan prasarana memiliki pengaruh besar dalam kegiatan ekstrakurikuler, siswa membutuhkan perlengkapan yang memadai agar mereka dapat berlatih dengan aman dan efektif.

2. Waktu latihan yang terlalu singkat

Waktu latihan yang terbatas menjadi salah satu penghambat dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat. Hal ini menyebabkan siswa kurang memiliki kesempatan untuk berlatih secara konsisten, sehingga mempengaruhi penguasaan keterampilan mereka. Oleh karena itu, pengaturan jadwal latihan yang lebih fleksibel dan memadai sangat dibutuhkan agar siswa dapat berlatih dengan optimal.

3. Siswa

Kurangnya minat dan ketertarikan siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat juga berpengaruh pada kelancaran kegiatan tersebut. Ketidakhadiran siswa dalam latihan menyebabkan mereka tertinggal dalam memperoleh pengetahuan dan keterampilan pencak silat. Hal ini jelas menghambat proses pelaksanaan ekstrakurikuler karena siswa yang tidak hadir tidak bisa mengikuti materi dengan baik.

Selanjutnya menurut Amannah, (2025:71-72) faktor penghambat pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat yaitu :

1. Perbedaan tingkat kemampuan anak

Setiap anak menunjukkan tingkat kemampuan motorik yang bervariasi. Beberapa anak mampu berkembang lebih cepat menangkap gerakan dan memiliki koordinasi yang baik, namun ada pula yang masih membutuhkan waktu lebih untuk menyesuaikan diri. Ketimpangan ini kadang menjadi tantangan bagi pelatih dalam memberikan materi yang sesuai untuk semua anak. Anak-anak yang merasa kesulitan bisa kehilangan motivasi atau merasa tertinggal dari teman-temannya jika tidak diberikan pendekatan individual yang sesuai dari pelatih pencak silat.

2. Pelatih pencak silat berasal dari luar sekolah

Pelatih dari luar sekolah umumnya tidak memiliki pemahaman menyeluruh tentang karakteristik perkembangan anak

usia dini. Namun, potensi hambatan ini dapat diatasi melalui koordinasi aktif antara pelatih dan guru kelas. Pelatih pencak silat bisa secara rutin melakukan komunikasi dan koordinasi dengan guru kelas sebelum maupun selama pelaksanaan kegiatan. Guru kelas memberikan informasi penting kepada pelatih mengenai kondisi tiap anak, seperti tingkat perkembangan motorik, kemampuan mengikuti instruksi, dan kondisi emosional anak.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor penghambat pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat merupakan kendala yang berasal dari keterbatasan fasilitas, manajemen waktu, aspek karakteristik siswa dan pelatih. Hambatan utama muncul dari sarana dan prasarana yang kurang memadai, seperti minimnya alat pelindung dan matras, yang secara langsung mengganggu keamanan serta efektivitas latihan. Kondisi ini diperberat dengan waktu latihan yang terlalu singkat, sehingga siswa sulit mencapai penguasaan keterampilan yang konsisten dan optimal.

5. Pengertian Anak usia dini

Menurut Tisna S. dkk, (2023:2) Anak usia dini sering disebut sebagai anak yang tengah berada dalam masa *golden age* atau usia emas, saat di mana hampir seluruh potensi anak mengalami periode peka untuk tumbuh dan berkembang secara cepat serta signifikan. Setiap anak akan mengalami perkembangan yang berbeda-beda karena perbedaan individualnya. Untuk mendukung pertumbuhan dan

perkembangan tersebut, penting bagi anak-anak untuk mendapatkan makanan yang bergizi serta seimbang dan stimulasi yang intensif.

Selain itu, menurut Nurlina dkk (2024:2-3) Anak usia dini merupakan fase krusial dalam kehidupan seorang individu, di mana fondasi potensi yang mendasar dalam berbagai aspek kehidupan manusia mulai terbentuk. Momen-momen awal ini tidak hanya menjadi landasan bagi perkembangan fisik dan kognitif, tetapi juga menandai awal dari pembentukan identitas, nilai-nilai, dan keterampilan sosial anak.

Sejalan dengan pendapat di atas menurut Sazaki dan Rantina, (2019:1) anak usia dini mempunyai rentang usia tertentu, mempunyai keunikan pada karakteristiknya, proses perkembangan yang sangatlah pesat, dan berada pada tahap fundamental bagi kehidupan berikutnya. Selama ini anak usia dini sering dianggap sebagai orang dewasa berbentuk mini, polos dan tidak dapat berpikir maupun bertindak apa-apa. Paradigma ini mempengaruhi cara orang dewasa memperlakukan anak usia dini.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa anak usia dini merupakan individu yang sedang berada dalam masa *golden age*, yaitu sebuah masa fundamental krusial di mana seluruh aspek perkembangan anak berlangsung sangat pesat. Mengingat setiap anak memiliki keunikan karakteristik dan perbedaan individual. Penting untuk membantah paradigma lama yang menganggap mereka hanyalah

"orang dewasa mini" yang pasif, sebaliknya mereka adalah sosok aktif yang membutuhkan stimulasi intensif serta asupan gizi seimbang guna mengoptimalkan seluruh potensi pada masa peka tersebut. Dengan demikian, masa ini bukan sekadar tentang pertumbuhan biologis semata, melainkan momen krusial bagi pembentukan identitas, karakter, dan keterampilan dasar yang akan menentukan kualitas diri mereka pada tahap kehidupan selanjutnya.

6. Karakteristik Anak Usia Dini

Menurut Fatimah dkk, (2022:131-132) Anak usia dini memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. 0-6 bulan, ditandai dengan kemampuan mengeksplorasi lingkungan melalui suara, pengamatan, dan sentuhan. Layanan pendidikan usia dini bersifat nonformal yang dilaksanakan oleh orangtua dengan menyediakan obyek yang dapat bergerak, berwarna kontras, bersuara dan memiliki aneka tekstur.
- b. 7-12 bulan, ditandai dengan kemampuan dapat mengingat konsep sederhana. Anak pada usia ini suka kegiatan menyimpan dan mengeluarkan benda, mencari benda yang disembunyikan, menirukan suara yang menarik, melihat gambar. Orangtua harus menyediakan alat-alat permainan yang mengakomodasikan kebutuhan ini.
- c. 12-18 bulan, ditandai dengan perilaku anak yang menyukai tantangan untuk melakukan manipulasi dan eksperimentasi serta

menikmati dongeng. Orangtua sebaiknya menyediakan buku gambar, kotak musik, puzzle, menara gelang, alat melukis dan pengenalan ukuran.

- d. 18-24 bulan, ditandai dengan perilaku anak menghabiskan waktu dengan alat permainan yang dapat dikelola bebas oleh dirinya sendiri. Sebaiknya orangtua menyediakan boneka yang diberi baju, martil kayu, balok geometri, instrumen musik.
- e. 2-3 tahun, ditandai dengan perilaku anak yang menyukai bongkar pasang dan benda yang menguji kemampuan. Orangtua sebaiknya menyediakan permainan lego, *playdough* dan sosiodrama.
- f. 3-5 tahun, ditandai dengan perilaku anak yang bermain bersama dengan teman sebaya, permainan fisik, dan serba ingin tahu.
- g. 5-7 tahun, ditandai dengan rasa ingin tahu bertambah besar dengan *focus interest* pada kegiatan sosial, sains, dan akademik lainnya.

Selain itu, menurut Marwany dan Heru Kurniawan, (2020:4-5) ada pun karakteristik anak usia dini sebagai berikut:

- a. Memiliki rasa ingin tahu (*curiosity*) yang besar yang ditunjukkan dengan berbagai pertanyaan-pertanyaan kritis yang cukup menyulitkan orang tua maupun guru, setiap hal yang diketahui oleh anak-anak akan selalu ditanyakan dan anak-anak selalu membutuhkan jawaban yang memuaskan rasa ingin tahunya itu, dari situlah anak-anak usia dini mendapatkan banyak informasi dan

pengetahuan yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangannya.

- b. Menjadi pribadi yang unik yang ditunjukkan dengan kegemaran dalam melakukan berbagai kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang tanpa rasa bosan dan memiliki kecenderungan tertentu dan khas dalam bersikap, kecenderungan tersebut menjadikan setiap anak usia dini selalu memiliki gaya belajar dan kegemaran yang berbeda antara satu anak dengan anak lainnya, setiap kegemaran dan sikap-sikapnya selalu menunjukkan kepribadiannya yang khas dan unik.
- c. Gemar berimajinasi dan berfantasi dengan membayangkan hal-hal yang menyenangkan hatinya misalnya, kayu panjang menjadi sebuah truk, pulpen menjadi pistol, dan sebagainya; yang semuanya digunakan untuk bermain dengan menyenangkan.
- d. Memiliki sifat egosentris yang ditunjukkan melalui sikapnya yang cenderung menang sendiri, posesif terhadap benda-benda yang dimilikinya serta terhadap kegemarannya, dan selalu ingin diistimewakan. Sikap ini menjadi hal yang perlu diarahkan oleh orang tua secara berkesinambungan.
- e. Memiliki daya konsentrasi yang rendah. Sulit untuk anak usia dini untuk duduk belajar selama berjam-jam, bermain sambil duduk dalam waktu yang lama juga tidak bisa, seringkali anak usia dini cepat beralih perhatian pada objek baru, jika objek sebelumnya

tidak menarik dan monoton dia akan cepat gusar dan pergi begitu saja.

- f. Menghabiskan sebagian besar aktivitasnya untuk bermain. Selain tidur yang kurang lebih separuh dari aktivitasnya, bermain menjadi aktivitas setelahnya. Selama mata terbuka aktivitasnya dihabiskan dengan bermain, sebabnya, anak usia dini disebutkan dengan dunia bermain.
- g. Belum mampu menggambarkan sesuatu yang abstrak. Anak usia dini belum bisa menggambarkan Tuhan, jin, setan, dan karakter seperti adil, jujur, disiplin, mandiri, namun, seringkali anak usia dini mempunyai rasa ingin tahu tentang konsep dan objek yang abstrak.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan karakteristik anak usia dini merupakan anak yang memiliki pribadi unik yang berkembang pesat melalui eksplorasi indrawi, rasa ingin tahu yang besar, dan imajinasi yang tak terbatas. Seiring bertambahnya usia, fokus mereka berubah dari sekadar menyentuh dan mengenal benda menjadi lebih sosial, gemar bereksperimen, serta mulai tertarik pada hal-hal akademik. Meskipun mereka cenderung egosentris, sulit berkonsentrasi lama, dan belum bisa memahami hal-hal yang tidak terlihat, dunia mereka sepenuhnya adalah tentang bermain. Oleh karena itu, orang tua dan guru perlu mendukung proses ini dengan menyediakan sarana

permainan dan jawaban yang tepat agar potensi serta karakter mereka tumbuh dengan baik sesuai tahapan usianya.

B. Kajian Pustaka yang Relevan

Berdasarkan dari permasalahan yang di kemukakan maka peneliti mengambil beberapa penelitian yang relevan untuk mendukung penelitian yang akan di lakukan. Beberapa penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Maulana dan Khotimah (2022) dengan judul Implementasi Pendidikan Pencak Silat dalam Menanamkan Nilai Karakter Anak Usia Dini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi kegiatan pencak silat dilakukan melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap pelaksanaan, metode yang digunakan adalah demonstrasi dan latihan berulang. Penelitian ini juga menemukan bahwa kegiatan berjalan efektif jika didukung oleh peran guru, pelatih, dan orang tua.
2. Nafi'a (2025) dengan judul Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Karakter melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat di Sekolah Dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pencak silat mampu menanamkan nilai karakter seperti disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama. Proses internalisasi dilakukan melalui latihan rutin dan interaksi antara pelatih dan siswa. Penelitian ini relevan karena menekankan proses implementasi kegiatan ekstrakurikuler.
3. Hakim, A.R., dan Akhwani, A. (2023) dengan judul Implementasi Ekstrakurikuler Pencak Silat PS. Gopsu dalam Membentuk Karakter

Disiplin dan Percaya Diri di SDN Sidotopo Wetan IV Surabaya”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pencak silat memiliki peran penting dalam membentuk karakter disiplin siswa, yang terlihat dari ketepatan waktu, kepatuhan terhadap aturan, serta sikap sopan santun. Selain itu, kegiatan ini juga mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui latihan fisik dan mental yang terstruktur, seperti keberanian tampil, mengikuti perlombaan, dan memimpin kegiatan. Dengan demikian, ekstrakurikuler pencak silat tidak hanya berfungsi sebagai pengembangan keterampilan fisik, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter siswa.

Berdasarkan dari ketiga penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat persamaan dengan penelitian yang penulis ajukan dengan judul “Pelaksanaan ekstrakurikuler Pencak Silat pada Siswa kelompok B di TK Khadijah Sintang”. Hal ini dapat dilihat dari adanya persamaan antara penelitian yang akan dilakukan dengan ketiga penelitian sebelumnya, yaitu sama-sama mengkaji kegiatan ekstrakurikuler pencak silat dalam konteks pendidikan. Ketiganya juga menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain dari persamaan penelitian dengan tiga penelitian diatas, terdapat juga perbedaan yang ditemui penulis, yaitu faktor penghambat

dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat. Selain itu, perbedaan yang penulis temukan yaitu terletak pada tempat pelaksanaan penelitian dan waktu pada saat melakukan penelitian.

C. Kerangka Konseptual

Pencak silat merupakan seni bela diri tradisional yang mengandung unsur gerak, nilai budaya, serta pembentukan karakter. Pada anak usia dini, pencak silat lebih difokuskan pada pengenalan gerak dasar, koordinasi tubuh, serta pembiasaan sikap disiplin, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Oleh karena itu, pencak silat tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, tetapi juga sebagai media pembelajaran yang menyenangkan dan edukatif bagi anak.

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada rentang usia 0–6 tahun yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan secara pesat. Pada masa ini, anak berada pada tahap penting dalam pembentukan kemampuan dasar, baik fisik, kognitif, bahasa, sosial emosional, maupun moral. Oleh karena itu, anak usia dini memerlukan stimulasi dan pembinaan yang sesuai agar perkembangan mereka dapat berlangsung secara optimal.

Taman Kanak-Kanak (TK) merupakan lembaga pendidikan formal pada jenjang pendidikan anak usia dini yang ditujukan bagi anak berusia sekitar 4–6 tahun. TK berperan dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan anak melalui berbagai kegiatan pembelajaran di dalam kelas maupun di luar kelas yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak. Melalui

pembelajaran yang menyenangkan, anak diarahkan untuk mengembangkan kemampuan dasar, sikap, kreativitas, serta kesiapan untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan berikutnya.

Kegiatan pembelajaran di luar kelas disebut juga sebagai kegiatan ekstrakurikuler, yaitu kegiatan pendidikan yang dilaksanakan di luar jam pembelajaran utama untuk mengembangkan minat, bakat, kreativitas, serta kemampuan sosial peserta didik. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang penting diterapkan pada anak usia dini yaitu pencak silat. Kegiatan ini tidak hanya melatih kemampuan fisik anak, tetapi juga membantu perkembangan karakter, sosial, dan emosional mereka.

Salah satu faktor penting adanya kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di TK pada anak usia dini dikarenakan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar mengendalikan emosi, bersikap sportif, dan bekerja sama dengan teman saat latihan berlangsung. Pada usia dini, stimulasi seperti ini sangat penting karena anak berada pada tahap perkembangan yang membutuhkan pembiasaan perilaku positif sejak awal. Oleh karena itu, kegiatan tersebut menunjukkan bahwa pencak silat dapat menjadi sarana stimulasi perkembangan fisik motorik sekaligus pembentukan sikap positif pada anak usia dini.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pencak silat pada anak usia dini di TK penting dilakukan karena melalui pencak silat anak dapat mengembangkan kemampuan fisik motorik, koordinasi gerak, disiplin, konsentrasi, serta kemampuan sosial

emosional secara bertahap. Selain itu, pencak silat juga menjadi sarana pembentukan karakter positif seperti tanggung jawab, sportif, pengendalian diri, dan kerja sama, sehingga dapat membantu mengoptimalkan proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini secara menyeluruh. Oleh karena itu dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui metode pelaksanaan yang digunakan dalam ekstrakurikuler pencak silat, faktor pendukung pelaksanaan pencak silat dan faktor penghambat pelaksanaan pencak silat pada anak usia dini.