JUPAMU
Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin
Vol. 2, No. 1, Oktober, 2026, pp. 177-190
e-ISSN: 3123-5190
https://doi.org/10.66031/jupamu.v2i1.744

Sosialisasi Olahraga Pencak Silat Berbasis Nilai Budaya Nusantara untuk Penguatan Mental Atlet Muda di Universitas Muhammadiyah Jember

Bahtiar Hari Hardovi[1*], Rizki Apriliyanto[2], Wahyu Eko Widiyanto[3], Ahmad Sulaiman[4]
[1,2,3,4] Universitas Muhammadiyah Jember, Indonesia
e-mail: bahtiarharihardovi@unmuhjember.ac.id

Received: 04-10-2026 | *Accepted: 20-10-2026* | *Published: 25-10-2026*

Abstrak

Pencak silat merupakan olahraga sekaligus warisan budaya Nusantara yang memuat nilai disiplin, tanggung jawab, penghormatan, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, dan integritas. Nilai tersebut perlu diintegrasikan dalam pembinaan atlet muda agar kemampuan teknis dan fisik berjalan seiring dengan kesiapan mental. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memperkuat pemahaman atlet muda dan pelatih mengenai nilai budaya pencak silat serta penerapannya dalam pengembangan mental dan karakter atlet di Universitas Muhammadiyah Jember. Metode yang digunakan adalah *Participatory Action Research* (PAR) melalui tahapan persiapan dan identifikasi kebutuhan, sosialisasi dan pendampingan, serta evaluasi. Sosialisasi dilaksanakan secara interaktif melalui penyampaian materi, diskusi, refleksi pengalaman, dan pendampingan penerapan nilai dalam latihan maupun pertandingan. Evaluasi menggunakan posttest untuk mengukur pemahaman peserta pada enam indikator. Hasil menunjukkan capaian pemahaman berada pada rentang 81% hingga 88%, dengan pengendalian emosi sebagai indikator tertinggi sebesar 88% dan disiplin serta tanggung jawab sebagai indikator terendah sebesar 81%. Temuan menunjukkan bahwa pendekatan berbasis nilai budaya dapat menjadi landasan penguatan mental dan karakter atlet, dengan pembiasaan disiplin dan tanggung jawab sebagai aspek yang masih memerlukan pendampingan berkelanjutan.

Kata Kunci: Pencak Silat; Nilai Budaya; Atlet Muda; Penguatan Mental; Karakter

Hardovi, B. H., Apriliyanto, R., Widiyanto, W. E., & Sulaiman, A. (2026). Sosialisasi Olahraga Pencak Silat Berbasis Nilai Budaya Nusantara untuk Penguatan Mental Atlet Muda di Universitas Muhammadiyah Jember. *JUPAMU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin, 2*(1), 177-190. https://doi.org/10.66031/jupamu.v2i1.744

Copyright ©2026 to the Author. Published by CV. Ihsan Cahaya Pustaka
This is an open access article under the CC-BY-SA license

PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan olahraga yang menuntut keterpaduan kemampuan teknik, kondisi fisik, strategi bertanding, dan kesiapan mental. Pada atlet muda, pencapaian prestasi tidak cukup dibangun melalui penguasaan teknik dan peningkatan kondisi fisik, tetapi juga memerlukan karakter yang mendukung perilaku selama latihan dan kompetisi. Disiplin, tanggung jawab, sportivitas, penghormatan terhadap pelatih dan lawan, pengendalian emosi, serta motivasi berprestasi merupakan aspek

penting dalam membentuk kesiapan pesilat menuju jenjang prestasi yang lebih tinggi (Belladonna & Septiana, 2022; Putra & Wijono, 2021). Pembinaan atlet perlu menempatkan mental dan karakter sebagai bagian integral dari proses latihan agar perkembangan kemampuan olahraga berjalan seiring dengan pembentukan sikap dan perilaku positif.

Kebutuhan tersebut berkaitan erat dengan kedudukan pencak silat sebagai bagian dari budaya Nusantara. Pencak silat tidak hanya berfungsi sebagai olahraga dan seni bela diri, tetapi juga memuat nilai filosofis, etika, penghormatan, pengendalian diri, dan norma sosial yang diwariskan dalam kehidupan masyarakat (Ediyono & Widodo, 2019). Pencak silat merupakan warisan budaya Nusantara yang tidak hanya perlu dipertahankan keberadaannya, tetapi juga diwariskan nilai dan maknanya kepada generasi muda (Muhyi & Purbojati, 2014). Keragaman praktik pencak silat di berbagai daerah merepresentasikan identitas budaya lokal yang melekat pada kehidupan masyarakat (Pariaman et al., 2023). Oleh sebab itu, pelestarian pencak silat perlu diarahkan pada pewarisan nilai budaya melalui proses pembelajaran dan pembinaan yang memungkinkan generasi muda memahami serta menghayati makna yang terkandung di balik praktik olahraga tersebut (Rachman et al., 2021).

Dalam konteks mitra pengabdian di Universitas Muhammadiyah Jember, hasil observasi dan wawancara dengan pelatih menunjukkan bahwa pembentukan disiplin dasar telah diterapkan dalam proses latihan. Pesilat diwajibkan hadir tepat waktu, menggunakan atribut lengkap, menjaga sikap hormat kepada pelatih dan sesama atlet, serta memberikan keterangan apabila tidak mengikuti latihan. Praktik tersebut menunjukkan bahwa pembinaan karakter telah berjalan, khususnya dalam aspek kedisiplinan dan kepatuhan terhadap aturan. Namun, beberapa aspek masih perlu diperkuat, meliputi pengaturan pola istirahat dan pola makan, sportivitas terhadap lawan dan wasit, pengendalian emosi ketika bertanding, serta penguatan nilai religius sebagai landasan perilaku atlet.

Identifikasi kebutuhan mitra menunjukkan tiga persoalan utama, yaitu belum optimalnya pendidikan karakter secara terstruktur oleh pelatih, belum adanya pemahaman khusus orang tua mengenai peran mereka dalam pembentukan karakter atlet, dan belum tersedianya materi khusus bagi pesilat mengenai karakter serta sikap yang diperlukan untuk menjadi atlet profesional. Kondisi ini menunjukkan bahwa pembentukan karakter masih banyak berlangsung melalui aturan dan kebiasaan

latihan, sementara proses pemahaman nilai dan penerapannya dalam situasi kompetitif belum memperoleh perhatian yang memadai.

Kebutuhan tersebut penting karena tekanan kompetisi menuntut atlet mampu mengendalikan emosi, mempertahankan motivasi, menghormati lawan dan wasit, serta menerima kemenangan maupun kekalahan secara sportif. Motivasi berprestasi berkaitan dengan kesiapan atlet pencak silat dalam menjalani latihan dan kompetisi (Putra & Wijono, 2021). Pembinaan berbasis nilai *living respect* juga menunjukkan pentingnya pengembangan aspek personal dan sosial dalam olahraga pencak silat (Putra et al., 2023). Pembinaan mental dan karakter sebagai bagian penting dalam mempersiapkan pesilat muda menuju atlet professional (Hardovi & Apriliyanto, 2026), dan pengenalan etika dan sportivitas harus ditanamkan sejak tahap awal pembinaan (Pradana, 2025).

Pencak silat memiliki potensi kuat sebagai media pendidikan karakter, seperti sarana implementasi (Arisandi et al., 2022), dan media pembentukan karakter pemuda (Mufarriq, 2021). Nilai sosial dalam pencak silat juga dapat memperkuat sikap saling menghargai dan hubungan sosial yang positif (Darmawan et al., 2023; Ruswinarsih et al., 2023). Meskipun demikian, masih terdapat kesenjangan antara keberadaan nilai budaya dalam praktik pencak silat dan proses internalisasinya sebagai materi pembinaan mental yang secara khusus menjawab kebutuhan atlet muda. Nilai disiplin, penghormatan, tanggung jawab, dan pengendalian diri belum selalu dijelaskan dan dikaitkan dengan persoalan nyata seperti tekanan pertandingan, pengelolaan emosi, sportivitas, dan penerimaan terhadap hasil kompetisi.

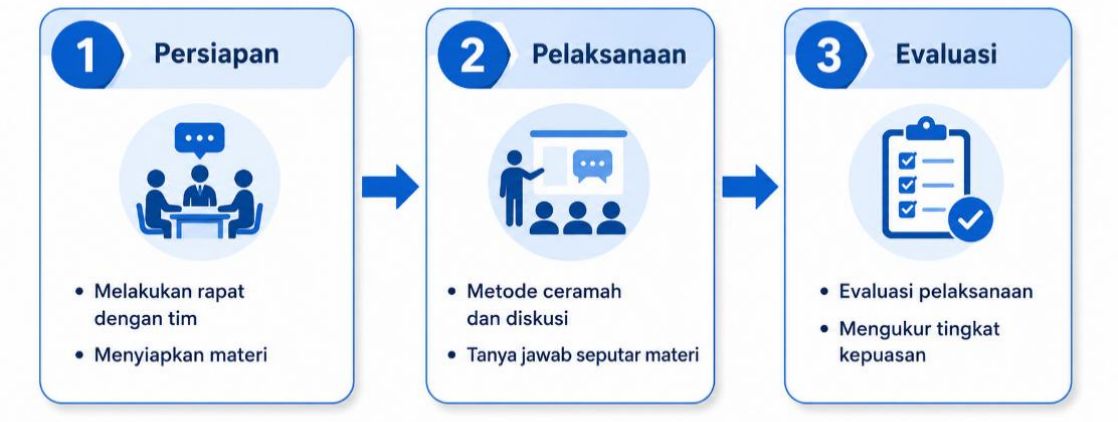
Program pengabdian ini menawarkan sosialisasi dan pendampingan olahraga pencak silat berbasis nilai budaya Nusantara. Materi diarahkan pada disiplin, tanggung jawab, sportivitas, penghormatan, pengendalian emosi, ketangguhan, dan religiusitas, kemudian dikaitkan dengan pengalaman peserta dalam latihan dan pertandingan. Pelatih dan orang tua turut dilibatkan sebagai lingkungan pendukung agar penerapan nilai berlangsung konsisten. Keunggulan pendekatan ini terletak pada integrasi olahraga, budaya, karakter, dan mental dalam satu proses pembinaan. Nilai budaya tidak berhenti sebagai pengetahuan tentang tradisi, tetapi diterjemahkan menjadi perilaku nyata dalam latihan, kompetisi, dan kehidupan sehari-hari.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pemahaman atlet muda dan pelatih mengenai nilai budaya pencak silat serta memperkuat penerapannya dalam

pengembangan mental dan karakter atlet, khususnya pada aspek disiplin, tanggung jawab, penghormatan, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, dan integritas. Pendekatan tersebut diharapkan mendukung pembinaan atlet muda yang tidak hanya unggul dalam teknik dan fisik, tetapi juga memiliki mental tangguh, karakter kuat, perilaku sportif, serta kesiapan berkembang sebagai atlet profesional yang berprestasi dan berintegritas.

METODE

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang melibatkan tim pengabdi, pelatih, orang tua, dan atlet muda secara aktif dalam identifikasi kebutuhan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Program dilaksanakan melalui sosialisasi dan pendampingan berbasis nilai budaya pencak silat untuk memperkuat mental dan karakter atlet muda di Universitas Muhammadiyah Jember.



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Tahapan kegiatan pengabdian meliputi persiapan, sosialisasi dan pendampingan, serta evaluasi, dengan materi yang disesuaikan berdasarkan kebutuhan mitra dan diarahkan pada penerapan nilai disiplin, tanggung jawab, penghormatan, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, dan integritas dalam latihan maupun pertandingan.

1. Tahap Persiapan

Tahap ini meliputi koordinasi tim pengabdi dan pelatih, observasi latihan, serta wawancara untuk mengidentifikasi kebutuhan pembinaan atlet. Hasil identifikasi menjadi dasar penyusunan materi sosialisasi yang mengintegrasikan nilai budaya pencak silat, meliputi penghormatan, disiplin, tanggung jawab, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, dan religiusitas, dengan situasi latihan dan

pertandingan. Instrumen evaluasi disiapkan untuk mengukur pemahaman peserta terhadap penerapan nilai tersebut dalam penguatan mental dan karakter atlet.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan menggunakan sosialisasi interaktif, diskusi, dan refleksi pengalaman untuk memahami pencak silat sebagai olahraga sekaligus warisan budaya yang memuat nilai filosofis, etika, dan sosial. Materi difokuskan pada penerapan disiplin, tanggung jawab, penghormatan, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, serta penerimaan kemenangan dan kekalahan dalam latihan maupun pertandingan. Diskusi berbasis situasi digunakan untuk mengaitkan nilai tersebut dengan persoalan nyata, seperti keterlambatan latihan, konflik, keputusan wasit, provokasi, kekalahan, dan tekanan prestasi. Pendampingan selanjutnya mendorong penerapan nilai dalam aktivitas latihan dengan melibatkan pelatih dan orang tua untuk menjaga konsistensi pembiasaan.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta setelah sosialisasi dan pendampingan melalui kuesioner *Google Forms* sebagai posttest. Instrumen memuat pernyataan tertutup mengenai nilai budaya pencak silat, penguatan mental, dan penerapannya dalam latihan maupun pertandingan. Instrumen ditelaah oleh ahli materi, pakar psikologi olahraga, dan praktisi pencak silat untuk memastikan kesesuaian indikator dengan tujuan kegiatan. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan persentase capaian setiap indikator untuk menggambarkan pemahaman peserta dan menentukan aspek yang masih memerlukan penguatan.

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen

Nilai Karakter	Indikator	
Pemahaman Nilai Budaya Pencak Silat	a.	Memahami pencak silat sebagai warisan budaya Nusantara;
	b.	Memahami nilai penghormatan dan pengendalian diri
	c.	memahami keterkaitan nilai budaya dengan pembentukan karakter atlet
Disiplin dan Tanggung Jawab	a.	Hadir dan mengikuti latihan secara konsisten;
	b.	Mematuhi aturan dan arahan pelatih;
	c.	Menjaga perlengkapan serta bertanggung jawab terhadap tugas atlet
Respek dan Sportivitas	a.	Menghormati pelatih, lawan, dan wasit
	b.	Mematuhi peraturan pertandingan;
	c.	Menerima kemenangan dan kekalahan secara sportif
Pengendalian Emosi	a.	Mengendalikan emosi ketika menghadapi tekanan pertandingan;
	b.	Tidak mudah terpancing provokasi lawan
	c.	Mampu merespons keputusan wasit secara terkendali

Ketangguhan Mental dan Motivasi	a.	Tetap berusaha ketika menghadapi kegagalan;
	b.	Memiliki motivasi untuk memperbaiki kemampuan;
	c.	Mampu menghadapi tekanan dan tantangan dalam proses latihan maupun pertandingan
Integritas dan Nilai Religius	a.	Menghindari kecurangan dalam latihan dan pertandingan;
	b.	Mengakui kesalahan dan menerima konsekuensinya;
	c.	Menjadikan nilai religius sebagai landasan perilaku dan pencapaian prestasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian di Universitas Muhammadiyah Jember dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu persiapan, sosialisasi dan pendampingan, serta evaluasi. Tahap persiapan memetakan kebutuhan pembinaan, pelaksanaan mengaitkan nilai budaya pencak silat dengan pengalaman latihan dan pertandingan, sedangkan evaluasi mengukur pemahaman peserta. Rangkaian kegiatan berfokus pada disiplin, tanggung jawab, penghormatan, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, dan integritas sebagai dasar penguatan mental atlet muda.

1. Persiapan dan Identifikasi Kebutuhan Mitra

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi tim pengabdi dan pelatih, observasi latihan, serta wawancara untuk mengidentifikasi kebutuhan pembinaan atlet muda. Hasilnya menunjukkan bahwa disiplin dasar telah diterapkan melalui ketepatan waktu, kelengkapan atribut, kepatuhan terhadap arahan pelatih, dan sikap hormat. Namun, penguatan mental belum dilakukan secara sistematis, terutama dalam menghadapi tuntutan dan tekanan kompetisi.



Gambar 2. Identifikasi Kebutuhan Pembinaan Bersama Pelatih

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pembinaan atlet masih bertumpu pada aturan dan pembiasaan latihan, sementara materi khusus tentang kesiapan mental, karakter, dan makna nilai pencak silat belum diberikan secara sistematis. Pesilat telah dibiasakan disiplin, menghormati pelatih, dan menaati aturan, tetapi belum sepenuhnya memahami penerapannya dalam situasi kompetitif, seperti tekanan pertandingan, keputusan wasit, provokasi, kemenangan, dan kekalahan. Penguatan diperlukan pada pengendalian emosi, sportivitas, tanggung jawab, ketangguhan, serta pemahaman nilai budaya. Temuan ini menegaskan perlunya mengintegrasikan pembentukan mental dan karakter ke dalam latihan dan pertandingan.

Kebutuhan tersebut sejalan dengan karakter pencak silat sebagai olahraga sekaligus warisan yang memuat nilai filosofis, etika, sosial, dan budaya sebagai landasan pembentukan karakter (Ediyono & Widodo, 2019; Mufarriq, 2021; Darmawan et al., 2023). Pembiasaan nilai dalam aktivitas pencak silat mendukung pembentukan karakter, sedangkan motivasi berprestasi dan penghormatan berkontribusi terhadap kesiapan serta perkembangan personal dan sosial atlet muda (Arisandi et al., 2022; Putra & Wijono, 2021; Putra et al., 2023). Oleh karena itu, materi sosialisasi difokuskan pada penerapan penghormatan, disiplin, tanggung jawab, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, dan integritas dalam latihan maupun pertandingan. Nilai tersebut diposisikan sebagai pedoman perilaku untuk menghadapi tuntutan kompetisi, bukan sekadar pengetahuan yang dipahami secara konseptual.

Tabel 2. Hasil Identifikasi Kebutuhan Pembinaan Atlet

Aspek Analisis	Temuan Lapangan	Implikasi Program
Disiplin	Kehadiran tepat waktu dan kepatuhan terhadap aturan telah diterapkan	Memperkuat disiplin sebagai kebiasaan atlet
Tanggung jawab	Peserta mengikuti arahan pelatih dan menjaga perlengkapan latihan	Menguatkan kesadaran tanggung jawab terhadap proses pembinaan
Penghormatan	Sikap hormat kepada pelatih dan sesama atlet telah dibiasakan	Memperluas penerapan penghormatan kepada lawan dan wasit
Sportivitas	Pemahaman belum diberikan secara khusus dalam konteks kompetisi	Menguatkan sikap sportif dalam menerima aturan, keputusan, kemenangan, dan kekalahan
Pengendalian emosi	Belum menjadi materi pembinaan secara khusus	Memberikan strategi menghadapi tekanan dan situasi pertandingan

Ketangguhan mental	Belum dibahas secara sistematis	Menguatkan kemampuan menghadapi kegagalan dan tekanan prestasi
Nilai budaya pencak silat	Nilai budaya belum sepenuhnya dikaitkan dengan pembinaan mental	Mengintegrasikan nilai budaya dengan perilaku dan kesiapan mental atlet

Hasil identifikasi menjadi dasar perancangan tahap sosialisasi dan pendampingan. Intervensi tidak diarahkan untuk membentuk karakter dari awal, melainkan memperkuat nilai yang telah diterapkan dalam latihan dan memperluas penerapannya pada kesiapan mental serta situasi kompetitif. Pendekatan ini menjadikan nilai budaya pencak silat sebagai penghubung antara pembiasaan dalam latihan dan penguatan mental serta karakter atlet muda.

2. Pelaksanaan Sosialisasi dan Pendampingan

Pelaksanaan sosialisasi dan pendampingan diarahkan pada pemahaman dan penerapan nilai budaya pencak silat dalam penguatan mental atlet muda. Kegiatan diawali dengan penyampaian materi mengenai pencak silat sebagai olahraga sekaligus warisan budaya yang mengandung nilai filosofis, etika, dan sosial. Materi kemudian dikaitkan dengan kebutuhan atlet dalam latihan dan pertandingan, meliputi disiplin, tanggung jawab, penghormatan kepada pelatih, lawan, dan wasit, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, serta integritas.



Gambar 3. Sosialisasi Materi Kegiatan

Penyampaian materi berlangsung interaktif melalui diskusi dan refleksi pengalaman peserta dalam latihan maupun pertandingan. Situasi konkret, seperti keterlambatan, perbedaan pendapat, keputusan wasit, provokasi, kekalahan, dan tekanan prestasi, dianalisis berdasarkan nilai pencak silat dan respons yang tepat sebagai atlet. Pendekatan berbasis pengalaman memperjelas penerapan nilai budaya dalam pengendalian diri, pengambilan keputusan, dan pembentukan karakter selama menghadapi tekanan kompetisi (Darmawan et al., 2023; Belladonna & Septiana, 2022).

Pembahasan diarahkan pada penerapan nilai dalam perilaku atlet. Penghormatan diwujudkan melalui sikap kepada pelatih, lawan, dan wasit; sportivitas melalui kepatuhan terhadap aturan serta penerimaan terhadap kemenangan dan kekalahan; sedangkan pengendalian emosi melalui kemampuan merespons tekanan dan provokasi secara terkendali. Pendampingan diperkuat melalui arahan dan keteladanan pelatih serta refleksi peserta terhadap perilaku yang diterapkan. Pendekatan tersebut sejalan dengan *living respect* dan penguatan etika sportivitas dalam pembinaan pesilat (Putra et al., 2023; Pradana, 2025).

Nilai budaya pencak silat dihubungkan dengan kesiapan mental atlet dalam menjalani latihan dan kompetisi. Disiplin dan tanggung jawab diarahkan pada konsistensi latihan, sedangkan sportivitas diperkuat melalui penerimaan terhadap aturan dan hasil pertandingan. Pengendalian emosi dan ketangguhan ditekankan untuk membantu atlet menghadapi tekanan serta mempertahankan fokus selama proses latihan dan kompetisi. Integrasi nilai tersebut penting dalam pembinaan atlet karena motivasi berprestasi berkaitan dengan kesiapan menjalani tuntutan latihan dan pencapaian prestasi (Putra & Wijono, 2021). Pemahaman aspek mental dan kesiapan atlet juga perlu menjadi bagian dari pembinaan pencak silat secara terarah (Syaifullah & Doewes, 2020).

3. Hasil Evaluasi Pemahaman Peserta

Evaluasi dilakukan melalui posttest untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti sosialisasi dan pendampingan. Instrumen mencakup enam indikator, yaitu pemahaman nilai budaya pencak silat, disiplin dan tanggung jawab, respek dan sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan mental dan motivasi, serta integritas dan nilai religius. Hasil pengukuran menunjukkan capaian pemahaman peserta pada setiap indikator sebagaimana disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Post-Test

Indikator	Post-Test (%)
Pemahaman nilai budaya pencak silat	85
Disiplin dan tanggung jawab	81
Respek dan sportivitas	83
Pengendalian emosi	88
Ketangguhan mental dan motivasi	85
Integritas dan nilai religius	83

Berdasarkan Tabel 3, capaian tertinggi terdapat pada indikator pengendalian emosi sebesar 88%, sedangkan capaian terendah terdapat pada disiplin dan tanggung jawab sebesar 81%. Tingginya capaian pengendalian emosi menunjukkan bahwa peserta relatif memahami pentingnya mengelola respons ketika menghadapi tekanan, provokasi, maupun situasi pertandingan yang tidak sesuai harapan. Pemahaman tersebut relevan dengan tuntutan mental atlet yang perlu mempertahankan fokus dan kontrol diri selama menjalani latihan maupun kompetisi.

Capaian disiplin dan tanggung jawab yang berada pada tingkat terendah menunjukkan bahwa aspek tersebut masih memerlukan penguatan melalui pembiasaan dalam aktivitas latihan. Nilai disiplin tidak cukup dipahami sebagai kepatuhan terhadap jadwal dan aturan latihan, tetapi perlu diwujudkan melalui konsistensi menjalankan kewajiban, kesiapan mengikuti program latihan, serta tanggung jawab terhadap proses pengembangan kemampuan. Pembiasaan tersebut penting karena motivasi dan kesiapan atlet berkaitan dengan keberlangsungan proses latihan serta pencapaian prestasi (Putra & Wijono, 2021).

Capaian pemahaman nilai budaya pencak silat sebesar 85% menunjukkan bahwa peserta telah memiliki pemahaman yang baik mengenai keterkaitan pencak silat sebagai olahraga dengan nilai yang melekat dalam praktiknya. Nilai tersebut kemudian dikontekstualisasikan dalam perilaku atlet melalui penghormatan, sportivitas, pengendalian diri, dan tanggung jawab. Pencak silat memiliki dimensi sosial dan nilai yang dapat mendukung pengembangan karakter melalui proses pembiasaan dalam aktivitas olahraga (Darmawan et al., 2023; Ruswinarsih et al., 2023).

Hasil pada indikator respek dan sportivitas sebesar 83% menunjukkan bahwa peserta memahami pentingnya menghormati pelatih, lawan, dan wasit serta mematuhi aturan pertandingan. Sementara itu, capaian ketangguhan mental dan motivasi sebesar 85% menunjukkan pemahaman terhadap pentingnya ketekunan dalam menghadapi kegagalan dan tekanan kompetisi. Integritas dan nilai religius mencapai

83%, yang menunjukkan bahwa peserta telah memahami pentingnya kejujuran, tanggung jawab moral, dan konsistensi perilaku dalam menjalani aktivitas olahraga.

Secara keseluruhan, hasil posttest menunjukkan bahwa seluruh indikator berada pada capaian 81% hingga 88%. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa sosialisasi dan pendampingan mampu memberikan pemahaman yang baik mengenai hubungan antara nilai budaya pencak silat, karakter, dan kesiapan mental atlet. Hasil ini tidak dimaknai sebagai bukti peningkatan kemampuan secara kausal, melainkan sebagai gambaran pemahaman peserta setelah mengikuti program. Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa pencak silat dapat menjadi media pengembangan karakter melalui penerapan nilai dalam aktivitas olahraga (Belladonna & Septiana, 2022; Mufarriq, 2021).

Hasil evaluasi juga menunjukkan bahwa penguatan mental perlu dilanjutkan melalui pembiasaan dalam latihan. Pemahaman mengenai pengendalian emosi, sportivitas, ketangguhan, dan integritas akan lebih bermakna apabila diterapkan secara konsisten ketika atlet menghadapi tekanan latihan dan pertandingan. Peran pelatih menjadi penting untuk menjaga kesinambungan antara materi yang diberikan dan perilaku yang dibiasakan sehingga nilai budaya pencak silat tidak berhenti pada pemahaman konseptual, tetapi berkembang menjadi bagian dari sikap atlet dalam menjalani proses pembinaan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian melalui sosialisasi dan pendampingan berbasis nilai budaya pencak silat di Universitas Muhammadiyah Jember memperkuat pemahaman atlet muda dan pelatih mengenai keterkaitan nilai budaya dengan pembentukan karakter dan kesiapan mental atlet. Nilai disiplin, tanggung jawab, penghormatan, sportivitas, pengendalian emosi, ketangguhan, dan integritas tidak disampaikan secara normatif, tetapi dikontekstualisasikan melalui situasi latihan dan pertandingan. Diskusi, refleksi pengalaman, dan pendampingan menjadikan nilai budaya sebagai kerangka untuk memahami perilaku, mengelola respons emosional, serta mengambil keputusan ketika menghadapi tekanan kompetisi.

Hasil posttest menunjukkan capaian pemahaman seluruh indikator berada pada rentang 81% hingga 88%. Pengendalian emosi memperoleh capaian tertinggi sebesar 88%, sedangkan disiplin dan tanggung jawab terendah sebesar 81%. Pola tersebut menunjukkan bahwa peserta relatif mampu memahami aspek pengendalian diri dalam

menghadapi tekanan, sementara konsistensi menjalankan kewajiban atlet masih memerlukan penguatan. Temuan ini penting karena memperlihatkan bahwa penguatan mental tidak dapat dipisahkan dari pembiasaan karakter dalam proses latihan. Nilai budaya pencak silat menjadi lebih bermakna ketika diterjemahkan ke dalam perilaku yang dapat diamati dan dilatih secara berulang.

Kontribusi kegiatan terletak pada pengintegrasian dimensi budaya, karakter, dan mental ke dalam pembinaan atlet muda, sehingga pencak silat ditempatkan bukan semata sebagai aktivitas olahraga, melainkan sebagai ruang pendidikan nilai. Hasil posttest memberikan gambaran pemahaman peserta setelah program, tetapi belum membuktikan peningkatan secara kausal. Program selanjutnya perlu memperkuat pendampingan longitudinal, melibatkan evaluasi sebelum dan sesudah kegiatan, serta mengamati perubahan perilaku selama latihan dan kompetisi agar internalisasi nilai dapat dinilai secara lebih objektif dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Adhitya, R. P., Wijaksana, D. P., Wardan, N. K., Ramadhan, A. J., & Prawiradhani, F. A. (2026). Transformasi Nilai Budaya Pencak Silat Dalam Platform Digital sebagai Upaya Pencegahan Konflik Remaja. *JUPAMU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *1*(2), 245-254. https://doi.org/10.66031/jupamu.v1i2.158

Akbar, A., & Rizki, P. (2021). Manajemen Latihan Dan Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat. Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI), 2(1), 1–6. https://doi.org/10.55081/joki.v2i1.538

Arisandi, N. P., Halimah, L., Heryani, H., Hidayah, Y., & Sujastika, I. (2022). Implementasi pendidikan karakter pada kesenian pencak silat. *Formosa Journal of Applied Sciences, 1*(5), 921–938. https://journal.formosapublisher.org/index.php/fjas

Belladonna, A. P., & Septiana, R. A. (2022). The pencak silat college in developing national character: Paguron pencak silat dalam menumbuhkan karakter bangsa. *Journal of Physical and Outdoor Education, 4*(2), 183–194. https://doi.org/10.37742/jpoe.v4i2.179

Darmawan, A. D., Adelliana, A., Cahyani, E. D., & Triana, A. N. (2023). Pencak silat dan nilai sosial dalam masyarakat: Literature review. *PENJAGA: Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 4*(1), 28–35. https://doi.org/10.55933/pjga.v4i1.668

Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami makna seni dalam pencak silat. *Panggung: Jurnal Seni Budaya, 29*(3), 299–313. https://doi.org/10.26742/panggung.v29i3.1014

Hardovi, B. H., & Apriliyanto, R. (2026). Pembinaan mental dan karakter pesilat muda untuk menjadi atlet profesional. *JUPAMU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin, 1*(3), 485–492. https://doi.org/10.66031/jupamu.v1i3.387

Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak silat: Sejarah, teknik, filosofi, dan peraturan*. Pustaka Baru Press.

Mahfuzah, A., & Hidayat, M. S. (2025). Pendidikan Karakter Dalam Program Ekstrakurikuler Pencak Silat. Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Al-Amin, 4(1), 86–97. https://doi.org/10.54723/ejpgmi.v4i1.321

Mufarriq, M. U. (2021). Membentuk karakter pemuda melalui pencak silat. *Khazanah Pendidikan Islam, 3*(1), 41–53. https://doi.org/10.15575/kp.v3i1.10193

Muhyi, M., & Purbojati. (2014). Penguatan olahraga pencak silat sebagai warisan budaya Nusantara. *Jurnal Budaya Nusantara, 1*(2), 141–147. https://doi.org/10.36456/b.nusantara.vol1.no2.a415

Pariaman, A., Barat, S., Ilham, W., Musa, N. M., & Amin, R. M. (2023). Pencak silat sebagai warisan budaya: Identitas lokal seni silat Ulu Ambek di Pariaman, Sumatera Barat. *Al-Mabhats, 8*(1), 37–54. https://doi.org/10.47766/almabhats.v8i1.1046

Pradana, R. W. (2025). Pelatihan etika dan sportivitas bagi pesilat pemula di matakuliah pencak silat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pendidikan, Ekonomi, Literasi, dan Pengembangan Inovasi Sosial, 1*(2). https://doi.org/10.03625/tscfn274

Prastyana, B. R., Hidayatullah, M. F., Riyadi, S., & Liskustyawati, H. (2026). Model pembinaan pencak silat di Indonesia: Tinjauan sistematis literatur tahun 2020–2025. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga, 7*(1), 258–269. https://doi.org/10.46838/spr.v7i1.967

Putra, J. P., Kusmaidi, N., & Ma'mun, A. (2023). Coaching and development of pencak silat sports based on living respect values in positive youth development. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 7*(3), 297–308. https://doi.org/10.33369/jk.v7i3.29716

Putra, P. P. K., & Wijono, W. W. (2021). Tingkat motivasi prestasi atlet pencak silat Padepokan Pringgoloyo di Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Prestasi Olahraga, 4*(5), 62–69.

Nurkholis, M., & Himawanto, W. (2021). Studi fenomenologi olahraga pencak silat dengan Tari Bujang Ganong pada Perkumpulan Reyog Singo Mudho Terate Kabupaten Pacitan. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga), 6*(2), 291–295. https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i2.1556

Rachman, J. B., Adityani, S., Suryadipura, D., Utama, B. P., Sutantri, S. C., & Novalini, M. R. (2021). Sosialisasi pelestarian pencak silat sebagai warisan budaya dan soft power Indonesia. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 17*(2), 207–219. https://doi.org/10.20414/transformasi.v17i2.3999

Ridwan, A. (2025). Olahraga tradisional sebagai sarana pelestarian budaya dan kesehatan. *Global Journal Sport, 3*(3), 461–468.

Ruswinarsih, S., Apriati, Y., & Malihah, E. (2023). Penguatan karakter melalui seni bela diri pencak silat Kuntau pada masyarakat Kalimantan Selatan, Indonesia. *PADARINGAN: Jurnal Pendidikan Sosiologi Antropologi, 5*(1), 50–62. https://doi.org/10.20527/pn.v5i01.7571

Sutantri, S. C. (2018). Diplomasi kebudayaan Indonesia dalam proses pengusulan pencak silat sebagai warisan budaya takbenda UNESCO. *Jurnal Ilmu Politik dan Komunikasi, 8*(1), 28–47. https://doi.org/10.34010/jipsi.v8i1.876

Syaifullah, R., & Doewes, R. I. (2020). Pencak silat talent test development. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 8*(6). https://doi.org/10.13189/saj.2020.080607

Totok, T. (2018). Aktualisasi nilai-nilai kearifan lokal dalam pendidikan kewarganegaraan sebagai peneguh karakter bangsa. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan, 8(2)*, 1–20. https://dx.doi.org/10.20527/kewarganegaraan.v8i2.4314