

## **PENGEMBANGAN SOSIAL-EMOSIONAL ANAK USIA DINI MELALUI PENCAK SILAT DI PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE (PSHT) RANTING GUNUNG JATI KABUPATEN CIREBON**

**Wafa'ul Ahdi**

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Maulana  
Malik Ibrahim Malang, Indonesia

[wafaulahdi2@gmail.com](mailto:wafaulahdi2@gmail.com)

### **ABSTRACT**

This study aims to determine how the socio-emotional development of early childhood through pencak silat in the Setia Hati Terate Brotherhood (PSHT) Ranting Gunung Jati, Cirebon Regency. This study uses a descriptive qualitative approach. The subjects of this study amounted to 9 children with an age range of 5-6 years. Data were collected by interview, observation, and documentation methods, then analyzed using Milles and Huberman analysis. The validity of the research data was re-tested by using source triangulation, technical triangulation, and time triangulation. The results of the study can be concluded that pencak silat activities in the Setia Hati Terate Brotherhood (PSHT) Branch Gunung Jati, Cirebon Regency have developed socio-emotional early childhood, this can be proven through the evaluation sheet that has been provided at the Setia Hati Terate Brotherhood Pencak silat (PSHT) Branch. Gunung Jati Cirebon Regency, and based on the results of interviews and observations of researchers. The results showed that the socio-emotional development of children at the pencak silat college had developed well in accordance with the Child Development Achievement Level Standard (STPPA) at their age.

**Keywords:** Pencak Silat; Early childhood; Socio-Emotional

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengembangan sosial-emosional anak usia dini melalui pencak silat di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Subyek penelitian ini berjumlah 9 anak dengan rentang usia 5-6 tahun. Data dikumpulkan dengan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis Miles dan Huberman. Data hasil penelitian diuji kembali keabsahannya dengan menggunakan triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwasannya kegiatan pencak silat di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon telah mengembangkan sosial-emosional anak usia dini hal tersebut dapat dibuktikan melalui lembar evaluasi yang telah disediakan di pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon, dan berdasarkan hasil wawancara serta observasi peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya perkembangan sosial-emosional anak di perguruan pencak silat tersebut sudah berkembang dengan baik sesuai dengan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) di usianya.

**Kata kunci:** Pencak Silat; Anak Usia Dini; Sosial-Emosional

## PENDAHULUAN

Perkembangan sosial-emosional anak merupakan sebuah kepekaan anak untuk dapat memahami sesuatu yang sedang di rasakan oleh orang lain saat sedang berinteraksi di dalam kehidupan sehari-hari. Tingkatan hubungan anak dengan orang disekitar berawal dari orang terdekatnya seperti kedua orang tuanya, saudara, teman, hingga kepada masyarakat luas (Nurhasanah dkk., 2021). Berdasarkan pernyataan tersebut artinya antara perkembangan sosial dan perkembangan emosional merupakan satu kesatuan yang saling berkaitan di dalam kehidupan sehari-hari sehingganya keduanya tidak dapat terpisahkan.

Perkembangan sosial-emosional pada anak usia dini sangat penting untuk dipesatkan. Ada beberapa alasan yang menyoroti pentingnya perkembangan sosial dan emosional. Pertama, semakin kompleksnya masalah kehidupan di sekitar anak, termasuk perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang memberikan tekanan besar pada anak dan mempengaruhi perkembangan sosial-emosionalnya. Kedua, meningkatkan kesadaran bahwa anak-anak sebagai praktisi dan investasi perlu dipersiapkan secara optimal untuk perkembangan emosi dan keterampilan sosial mereka. Ketiga, rentang usia yang dirasa penting bagi anak terbatas. Oleh karena itu, perlu diciptakan kondisi yang paling sesuai agar tahapan-tahapan tersebut tidak hilang. Keempat, ternyata anak tidak hanya hidup dan tumbuh dengan *Intelligence Quotiens* (IQ), tetapi juga membutuhkan *Emotional Intelligence* (EI) sebagai landasan hidupnya. Kelima, setiap anak semakin sadar akan kebutuhan dan kecerdasan sosial-emosional sejak usia dini (Suryana, 2016).

Pada prinsipnya, setiap anak tidak akan terlepas dari perkembangan sosial-emosionalnya. Terkadang orang tua mereka sendiri secara tidak sadar mengabaikan perkembangan sosial-emosional anak mereka. Oleh karena itu, sering terjadi kasus dimana anak-anak seusia mereka merasa marah dan emosional ketika orang tua mereka tidak mengikuti permintaan/kemauan dirinya. Anak-anak cenderung ingin menjadi menang sendiri, berpartisipasi dalam dunia mereka sendiri, dan umumnya lebih aktif secara fisik. Ini adalah ekspresi emosi yang sangat wajar, tetapi jika tidak ditangani dapat menyebabkan perilaku negatif dan mengancam. Untuk itu, stimulasi diperlukan untuk perkembangan sosial-emosional sejak dini agar anak dapat mengekspresikan perasaannya secara positif.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti dengan mas Bobby selaku ketua ranting perguruan pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon dan berdasarkan nilai hasil evaluasi yang diberikan oleh pelatih menunjukkan bahwasannya perkembangan sosial-emosional pada sebagian anak belum berkembang secara optimal sesuai dengan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) di usianya. Oleh karena itu, sebagai salah satu stimulus yang digunakan untuk merangsang perkembangan sosial-emosional anak adalah dengan kegiatan pencak silat.

Pencak silat adalah salah satu cabang seni bela diri tradisional yang berkembang di Indonesia. Pencak silat mempunyai banyak aliran yang berbeda dengan membawa karakter dan ciri khas masing-masing disetiap daerah. Pencak silat terdiri dari beberapa aspek yakni, aspek mental-spiritual, seni bela diri, seni dan olahraga. Seluruh aspek yang ada akan dapat membentuk perilaku generasi yang lebih baik dari sebelumnya, karena pencak silat menekankan pada falsafah pendidikan yang luhur, yaitu falsafah yang memandang keluhuran budi sebagai sumber sikap dan perilaku, serta perbuatan mulia manusia yang diperlukan demi terwujudnya cita-cita keagamaan dan etika masyarakat. Pencak silat berperan sebagai sarana dan prasarana guna mewujudkan manusia yang memiliki

kepribadian sehat, kuat, cakap, gesit, tenang, sabar, baik hati, dan percaya diri (Kriswanto, 2015).

## KAJIAN LITERATUR

### 1. Perkembangan Sosial-Emosional

Menurut Nugroho, perkembangan atau dalam bahasa Inggris *development* yaitu peningkatan keterampilan yang berkaitan dengan struktur serta fungsi tubuh yang lebih lengkap. Perkembangan mempunyai sistem yang bersifat terstruktur dan dapat di perkirakan, perkembangan ialah hasil dari proses kematangan (Yurissetiowati, 2021). Perkembangan ialah suatu perubahan yang sifatnya kualitatif dan muncul akibat adanya pertumbuhan dan belajar. Berbeda dengan pertumbuhan, pertumbuhan bersifat kuantitatif artinya dapat diukur dengan angka. Banyak orang yang menyama-nyamakan antara kedua hal ini, padahal keduanya memiliki makna dan sifat yang jelas berbeda.

Perkembangan sosial-emosional merupakan dua aspek perkembangan yang tidak sama, namun keduanya saling mempengaruhi dan keduanya memiliki ciri khas tersendiri. Perkembangan sosial-emosional berkembang pesat selama masa kanak-kanak. Kontribusi orang tua beserta pendidik dalam perkembangan sosial dan emosional anak di sekolah dibutuhkan terhadap pentingnya pengembangan perilaku dan sikap yang dapat dicapai melalui kebiasaan yang baik. Hal tersebut menjadi pondasi dasar untuk perkembangan perilaku sosial dan emosional dalam rangka mengorientasikan kepribadian anak sesuai dengan nilai-nilai yang dilestarikan dalam masyarakat. Perilaku sosial dan emosional diharapkan sejak masa kanak-kanak, termasuk di dalamnya perilaku yang baik seperti disiplin, kemandirian, tanggung jawab, percaya diri, kejujuran, keadilan, setia kawan, kasih sayang kepada orang lain, dan mampu menghargai orang lain.

Perkembangan sosial adalah proses penerapan kepekaan terhadap rangsangan sosial dalam konteks kebutuhan sosial menurut norma, nilai, atau harapan sosial. Proses perkembangan sosial terdiri dari tiga proses yaitu: individu sosial, individu non-sosial, dan individu antisosial. Proses-proses tersebut antara lain: (Suryana, 2016). Strategi yang dapat digunakan untuk mengembangkan sosial anak bisa dimulai dengan memperkuat hubungan orangtua dan anak melalui interaksi yang cermat dan intens. Kemudian, dorong anak untuk menunjukkan kebiasaan sosialnya membantu orang lain, menunjukkan cinta dan mengajak mereka untuk berbagi dengan rekannya atau bahkan orang lain yang memerlukan pertolongan, dan sebagainya.

Suean Robinson Ambron mendefinisikan sosialisasi sebagai proses pembelajaran yang dapat mengembangkan karakter sosial sehingga anak kelak dapat menjadi anggota masyarakat dengan kepribadian yang bertanggung jawab dan efektif. Hal tersebut ditempuh melalui hubungan sosial dengan orang tua, keluarga, orang dewasa lain, dan teman satu tim, anak-anak mulai mengembangkan pola perilaku sosial. Bentuk perilaku sosial antara lain: (Mulyani, 2018)

#### a. Pembangkangan

Pembangkangan (*negativism*) adalah bentuk tindakan perlawanan. Hal ini terjadi sebagai respon terhadap disiplin atau penegakan kebijakan orang tua atau lingkungan yang tidak sesuai dengan keinginan anak. Perilaku ini dimulai sekitar usia 18 bulan dan mencapai puncaknya sekitar usia 3 tahun. Hal ini dianggap normal untuk perilaku negatif pada usia ini, dan perilaku biasanya mereda setelah tahun keempat. Pada usia 4-6 tahun,

pemberontakan atau perlawanan fisik berubah menjadi protes verbal atau perlawanan menggunakan kata-kata.

b. Agresi

Agresi adalah tindakan pembalasan, baik secara fisik maupun verbal. Agresi ini merupakan bentuk respon terhadap frustrasi mereka (frustrasi karena kebutuhan dan keinginan mereka tidak terpenuhi). Agresi ini berbentuk meninju, memukul, menendang, menggigit, marah, mengumpat, dan lain-lain tergantung tingkat frustrasi yang sedang dialaminya tersebut.

c. Berselisih/bertengkar

Pertengkar bisa terjadi ketika anak merasa tidak nyaman dengan sikap atau tindakan di sekitarnya. Misalnya saat mereka diganggu saat bermain atau mainannya diambil. Ketidaknyamanan seorang anak tersebutlah yang dapat menyebabkan terjadinya pertengkar.

d. Menggoda

Menggoda adalah bentuk lain dari perilaku ofensif. Menggoda adalah serangan mental terhadap orang lain dalam bentuk ucapan konyol dan kata-kata seperti tawa yang memicu respons kemarahan pada orang yang diserang.

e. Persaingan

Persaingan adalah keinginan untuk mengungguli orang lain dan selalu dimotivasi oleh orang lain. Semangat bersaing ini mulai muncul saat anak berusia 4 tahun, dan semangat bersaing ini akan berkembang lebih baik saat anak mulai berusia 6 tahun.

f. Kerjasama

Kerjasama merupakan sikap yang mengajak untuk saling berintegrasi dan saling membantu dalam suatu kelompok. Sikap ini dimulai ketika seorang anak berusia 3 atau hampir 4 tahun. Pada saat seorang anak berusia 6 atau 7 tahun, metode kerja sama ini jauh lebih maju daripada sebelumnya.

g. Tingkah laku berkuasa

Tingkah laku berkuasa atau perilaku *incremental* adalah pola perilaku seperti mengingikan, memerintah, dan mengancam atau memaksa orang lain untuk melakukan apa yang diinginkan anak.

h. Mementingkan diri sendiri

Mementingkan diri sendiri atau keegoisan merupakan sikap mementingkan diri sendiri yang ada pada diri anak untuk memenuhi kebutuhannya, dan ketika keinginannya ditolak, muncullah perilaku negatif seperti menangis, berteriak, bahkan marah.

i. Simpati

Simpati yakni sikap emosional yang dapat memotivasi seseorang untuk memperhatikan orang lain dan mengajak lingkungannya untuk bekerja sama. Perasaan ini akan muncul seiring bertambahnya usia anak.

Secara umum terdapat dua faktor yang memberikan pengaruh terhadap perkembangan sosial anak, yang terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Menurut Kemenkes, ada faktor internal yang mempengaruhi perkembangan sosial anak: (1) genetik, (2) faktor kemampuan berpikir dan kecerdasan, (3) faktor hormonal, dan (4) emosi dan tempramen tertentu. Adapun faktor eksternal yang mempengaruhi perkembangan sosial pada masa kanak-kanak adalah: (1) faktor keluarga, (2) faktor gizi, (3) faktor budaya, dan (4) faktor teman sebaya (Yurissetiowati, 2021).

Sederhananya, emosi dapat mencakup perasaan senang, perasaan duka, perasaan cinta/suka, perasaan benci/tidak suka, dan lainnya. Sisi emosional akan berkembang seiring

bertambahnya usia. Perkembangan emosi sangat dipengaruhi oleh perkembangan fisik dan sistem saraf. Ada banyak pola ekspresi emosi pada anak, dan yang paling umum adalah ketakutan/kecemasan, kemarahan, dan cinta/suka. Pola emosional ini merupakan respon terhadap rangsangan tertentu, seperti perilaku lingkungan, atau mungkin hasil dari peristiwa sebelumnya (Syah, 2014).

Perkembangan emosi yang terjadi pada setiap anak jelas berbeda untuk setiap anak. Hal ini disebabkan oleh faktor latar belakang yang mempengaruhinya. Menurut Patmonedowo faktor-faktor yang menyebabkan perubahan perkembangan emosi anak yakni sebagai berikut: (1) peningkatan kesadaran kognitif memungkinkan pemahaman lingkungan yang berbeda dari tahap awal, (2) imajinasi yang lebih berkembang, dan (3) berkembangnya perspektif sosial anak. Umumnya, mereka berada dalam lingkungan di mana teman sebayanya mulai mempengaruhi segala sesuatu yang terjadi di kehidupan sehari-hari mereka. Untuk itu tidak heran apabila perkembangan ini diklaim terjadi dalam kehidupan mulai dari lingkup kecil seperti keluarga hingga masyarakat luas (Susanto, 2014).

## **2. Pencak Silat**

Pencak silat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berarti permainan (keterampilan) bela diri dengan kemampuan berupa menangkis, menyerang dan bertahan, dengan atau tanpa menggunakan senjata. Para pendekar kurang setuju terhadap pengertian yang diberikan menurut KBBI tersebut, terutama para pendekar daerah. Para pendekar percaya bahwa istilah pencak silat terbagi menjadi dua arti yang berbeda. Menurut Abdus Syukur, guru pencak silat Bawean, pencak silat adalah aliran indah yang hadir dengan unsur gerakan komedi. Sementara pencak dapat dianggap sebagai sarana rekreasi dan silat merupakan unsur teknik bela diri berupa pukulan, dan rintangan yang tidak terlihat oleh umum (Mulyana, 2013).

Pendapat Bawean tersebut didukung oleh Mr.Wongsonegoro, presiden pertama IPSI yaitu singkatan dari Ikatan Pencak Silat Indonesia, berpendapat bahwa pencak adalah gerakan ofensif dan defensif yang berirama, seperti tarian dengan aturan umum tertentu dan dapat dilakukan di depan umum. Sedangkan silat adalah intisari dari pencak, yaitu pembelaan diri dan perjuangan tidak bisa dilakukan di depan umum. Kemudian Mr.Wongsonegoro mendapat dukungan dari para pendatang. Imam Koesoepangat, guru besar dari Setia Hati Teratai berpendapat bahwa pencak adalah olahraga bela diri yang tidak memiliki lawan dan silat adalah olahraga bela diri non-kompetitif yang tidak dapat dimainkan (Mulyana, 2013).

Namun, setelah diskusi para pendiri IPSI, akhirnya diputuskan untuk tidak membedakan arti pencak dan silat, karena keduanya memiliki arti yang sama, yaitu sama-sama mengandung arti spiritualitas, irama, keindahan, kiat dan aplikasi. Maka, pada tahun 1975, PB IPSI dan BAKIN (Badan Koordinasi Intelijen Negara) sepakat untuk menggabungkan dua kata pencak dan silat menjadi satu kesatuan. Penggabungan kata-kata tersebut juga dilakukan sebagai upaya untuk menghubungkan aliran pencak dan silat. Pengertian yang disepakati oleh PB IPSI dan BAKIN pencak silat adalah hasil budaya yang bertujuan untuk menjaga dan memelihara kemerdekaan dan keutuhan bangsa Indonesia, lingkungan atau alam, dan untuk mencapai keselarasan kehidupan dengan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa (Mulyana, 2013).

Pencak silat bukan hanya seni bela diri, pelaksanaannya mencakup banyak aspek/elemen yang berbeda. Yulienugroho mengatakan bahwa pencak silat memiliki empat aspek sebagai berikut: (Candra, 2021)

a. Aspek bela diri

Pencak silat merupakan sebuah sistem pertahanan, untuk itu yang menjadi aspek utamanya yakni bela diri. Unsur bela diri memungkinkan penggunaan teknik dan taktik yang efektif untuk perlindungan dari berbagai bahaya.

b. Aspek olahraga

Pencak silat merupakan salah satu cara yang mampu menjaga kebugaran tubuh. Bentuk tubuh seorang pendekar sangat dipengaruhi oleh keterampilan pencak silat.

c. Aspek seni

Aspek seni merupakan wujud kebudayaan dan hukum gerak dan iramanya diatur oleh keseimbangan, keserasian dan keselarasan. Pencak silat memiliki nilai estetika yang indah pada setiap gerakannya.

d. Aspek spiritual

Aspek spiritual menciptakan sikap dan karakter yang luhur di kalangan pendekar dengan menghayati, mengamalkan nilai, norma dan tradisi yang berbeda, serta pentingnya moralitas.

## METODE

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif. Lokasi penelitian berada di Desa Jatimerta Gang Kebon Bakung RT.001 RW.001 Kecamatan Gunung Jati Kabupaten Cirebon, subyek dalam penelitian ini adalah anak usia dini dengan rentang usia 5-6 tahun yang berjumlah 9 siswa.

Data diambil dengan dua cara, yaitu data primer dan sekunder. Pertama, data primer yaitu data yang berupa teks atau ucapan yang didapatkan dengan teknik wawancara kepada ketua pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon, pelatih, guru kelas, beserta wali murid. Selain itu juga terdapat dari hasil kegiatan yang diamati pada saat proses latihan berlangsung. Kedua, data sekunder yaitu data pendukung, dalam hal ini peneliti memperoleh data pendukung dari buku, artikel, jurnal, dan berbagai situs website yang terkait dengan penelitian.

Peneliti menggunakan analisis data dari Miles dan Huberman, proses analisis data tersebut meliputi reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan. Proses reduksi data ini dilakukan secara terus menerus oleh peneliti selama proses penelitian. Oleh karena itu, reduksi data tersebut dimaksudkan untuk menyederhanakan data yang diperoleh di lapangan. Pada tahap kedua ini peneliti akan mengklasifikasikan dan menyajikan data yang didapatkan di tahap pertama sesuai dengan pokok-pokok masalah yang dimulai dengan pengkodean untuk setiap sub masalah. Pada tahap terakhir ini, peneliti akan menyajikan kesimpulan dari data yang diperoleh dari hasil penelitian. Kemudian peneliti akan membandingkan kesesuaian pernyataan dari narasumber dengan konsep penelitian ini.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji kredibilitas yaitu triangulasi. Data yang didapatkan akan diverifikasi dari berbagai sumber, teknik dan waktu. Pertama, triangulasi sumber dapat diterapkan dengan cara melakukan pengecekan data yang telah didapatkan dari berbagai sumber yang berbeda. Dalam hal ini peneliti memberikan pertanyaan yang berbeda antara ketua ranting, pelatih, guru siswa, dan wali murid. Kedua, triangulasi teknik dapat dilakukan dengan memeriksa sumber yang sama tetapi menggunakan teknik yang berbeda. Dalam hal ini peneliti memperoleh data melalui teknik wawancara, pengamatan langsung (observasi) dan dokumentasi. Apabila data yang didapatkan dari ketiga teknik ini sama, maka data tersebut dapat dikatakan valid. Ketiga, triangulasi waktu dapat dilakukan pada sumber yang sama dan menggunakan teknik yang sama tetapi pada waktu yang

berbeda. Dalam hal ini, peneliti melakukan wawancara dengan narasumber yang sama di awal penelitian dan di akhir penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Peneliti melakukan analisa dari data yang telah diperoleh dan selanjutnya akan dipaparkan dalam bab ini. Penelitian ini dilakukan pada anak usia 5-6 tahun, dengan responden ketua pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon, pelatih, guru, dan wali murid. Penelitian ini berlangsung selama kurang lebih 2 bulan mulai dari bulan Maret 2022 sampai dengan bulan Mei 2022, perguruan pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) ini terletak di Desa Jatimerta Gang Kebon Bakung RT.001 RW.001 Kecamatan Gunung Jati Kabupaten Cirebon.

### 1. Proses Pengembangan Sosial-Emosional Anak Usia Dini Melalui pencak silat di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon

Dalam pelaksanaan pencak silat kurikulum tidak dijadikan sebagai landasan pada saat latihan berlangsung, akan tetapi pelatih menjadikan media sosial sebagai bahan ajar untuk setiap materi yang diberikan kepada siswanya. Strategi penyebaran dalam memberikan informasi terkait adanya latihan pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon yakni dengan menyebarkan pamphlet di media sosial seperti *Facebook*, *Intagram*, dan *Whatsapp*. Selain itu juga, dengan mendatangi beberapa sekolah terdekat untuk mempromosikan adanya latihan pencak silat di desa tersebut. Dalam pelaksanaan latihan pencak silat tidak diberlakukan adanya pungutan biaya tertentu pada setiap siswanya, hanya saja biasanya ada uang kas yang di bayar pada setiap pertemuannya sejumlah Rp.2000,. rupiah, uang kas tersebut akan dipergunakan untuk keperluan siswa itu sendiri seperti untuk mengikuti perlombaan, membeli alat-alat latihan, dan sebagainya.

#### a. Persiapan latihan

Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) tidak memiliki kurikulum dalam pembelajaran pencak silat, jadi persiapan sebelum melakukan latihan pelatih membuat rancangan kegiatan disetiap kali pertemuan sebagai acuan materi apa saja yang harus disampaikan kepada anak.

#### b. Pelaksanaan latihan

Pelaksanaan latihan pencak silat dalam satu pertemuan waktunya hanya tiga jam dalam satu kali pertemuan untuk usia 4-12 tahun yang mengikuti latihan di Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Gunung Jati. Waktu pelaksanaan latihan dua kali dalam satu minggu yaitu pada malam kamis pukul 19.00-22.00 WIB dan minggu pagi pukul 08.00-11.00 WIB. Berikut ini merupakan rangkaian kegiatan latihan pencak silat yang dapat mengembangkan sosial-emosional anak usia dini:

##### 1) Pertemuan awal

Saat siswa datang ke tempat latihan maka diwajibkan untuk berjabat tangan terlebih dahulu dengan pelatihnya dan berjabat latihan dengan teman pada saat bertemu di latihan maupun di luar latihan. Berjabat tangan tersebut merupakan ciri khas dari organisasi Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT), dan ketika kedatangan tamu saat latihan siapapun itu siswa yang mengikuti latihan selalu di ajarkan untuk berjabat tangan sebagai bentuk penghormatan kepada tamu tersebut.

##### 2) Berdo'a

Sebelum melaksanakan latihan Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) diharuskan untuk berdoa terlebih dahulu. Semua siswa yang mengikuti latihan berbaris menghadap ke pelatih, kemudian salah satu siswa memimpin untuk memberikan penghormatan kepada pelatih dan pelatih memimpin untuk berdoa bersama-sama. Dengan posisi badan sikap, kaki dirapatkan, kemudian mengikuti aba-aba dari pelatih untuk berdoa, kemudian kedua tangan ditempelkan dan kedua jempol ditekan ke arah ulu hati. Kegiatan berdoa ini harus dilakukan secara serempak bersama-sama.

### 3) Pemanasan

Ketika melakukan gerakan pemanasan, gerakan harus dilakukan secara serempak, anak-anak tidak boleh mendahului dan juga tidak boleh tertinggal oleh temannya, semuanya dilakukan harus sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh pelatih yang memimpin dengan hitungan satu sampai delapan. Dengan begitu, secara tidak langsung anak akan diajarkan bagaimana ia mampu mengontrol emosi dirinya untuk bisa menyelaraskan gerakan yang dilakukannya dengan gerakan yang dilakukan oleh teman yang lain, agar selalu kompak dan memberi dukungan satu sama lain.

### 4) Pemberian jurus

Pemberian jurus untuk anak usia dini dilakukan secara berulang-ulang dan dalam satu pertemuan hanya diberikan satu jurus baru saja, selebihnya hanya mengulang jurus yang telah diberikan di pertemuan sebelumnya, saat pemberian jurus pelatih akan mengetes sejauh mana ingatan anak mengenai jurus yang sudah diberikan sebelumnya, siswa tidak diizinkan untuk menoleh ke kanan maupun ke kiri melihat gerakan yang dilakukan oleh temannya karena siswa diuntut untuk percaya diri.

Selain itu biasanya saat melakukan tendangan atau pukulan menggunakan *body protector*, dikarenakan media yang terbatas dan siswa yang banyak maka tendangan dilakukan secara bergantian dengan temannya. Anak dapat menunjukkan sikap bahwa anak mampu mengendalikan dirinya, mengontrol dirinya yang mampu menunggu giliran untuk menendang dan memukul dengan budaya mengantri.

### 5) Games

Metode yang digunakan perguruan pencak silat pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon adalah metode *games*, jadi setiap pertemuan pasti terselip *games-games* yang memiliki manfaat untuk mengembangkan berbagai aspek perkembangan anak usia dini, salah satunya adalah aspek sosial-emosional.

Permainan gojag-gajig atau dalam bahasa Indonesia berarti permainan bolak-balik merupakan salah satu alternatif permainan yang biasa di pakai di pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon. Selain melatih motorik anak usia dini, permainan ini juga dapat mengembangkan sosial-emosional anak karena permainan ini dilakukan secara berkelompok yang akan melatih kerja sama, melatih tanggung jawab, kemandirian, kesabaran, semangat bersaing dan aspek perkembangan sosial-emosional lainnya.

### 6) Evaluasi

Saat evaluasi dilakukan anak boleh menceritakan apa yang ia rasakan di depan teman-teman dan pelatihnya, tak jarang anak juga akan ditunjuk untuk mempraktekkan jurus yang sudah di peragakan sebelumnya oleh pelatih.

### 7) Makan bersama

Makan bersama tidak diberlakukan di setiap pertemuan, akan tetapi biasanya makan bersama dilakukan saat ada *event* tertentu saja. Namun, hal ini tentunya tidak mengurangi manfaat dari kegiatan makan bersama tersebut, dengan adanya kegiatan makan bersama



dapat menambah stimulasi pengembangan sosial-emosional seperti anak-anak bisa lebih mengenal temannya satu sama lain, anak-anak bisa berbagi makanan dengan temannya, dan lain-lain.

8) Kerja bakti

Setelah kegiatan selesai siswa diwajibkan untuk membersihkan kembali tempat yang digunakan untuk latihan tersebut agar kebersihan selalu terjaga, kerja bakti dilakukan secara bersama-sama.

c. Metode

Metode yang digunakan dalam latihan pencak silat anak usia dini di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon berdasarkan pengumpulan data melalui metode observasi dan wawancara dengan pelatih adalah metode games, pelatih selalu memberikan games-games yang bervariasi dan menarik di setiap pertemuannya, hal ini bertujuan agar anak-anak yang mengikuti pencak silat terkhusus anak usia dini tidak merasa tertekan saat latihan berlangsung.

d. Media

Media yang digunakan dalam latihan yaitu *pertama* pacing yang digunakan untuk melatih ketepatan sasaran, kekuatan tendangan maupun pukulan. *Kedua*, corn digunakan untuk melatih kelincahan, kecepatan. *Ketiga*, gurdal digunakan untuk lompatan dan melatih otot tungkai. *keempat*, matras digunakan agar ketika mengalami jatuh dalam latihan tidak langsung terkena dasar lantai. *Kelima*, tali dan kursi yang digunakan untuk mengukur dan melatih seberapa tinggi tendangan anak.

e. Evaluasi

Evaluasi kegiatan meliputi kedisiplinan saat latihan, gerakan yang kurang sempurna, memperbaiki gerakan yang tidak sesuai intruksi pelatih, memberikan arahan maupun motivasi ataupun hal-hal kecil lainnya. Contoh bentuk evaluasi kegiatan seperti ketika kegiatan berlangsung ada anak yang bercanda atau tidak melakukan hal yang di perintahkan oleh pelatih, biasanya anak tersebut akan diberikan *punishment* (hukuman) kecil seperti melakukan push up 5 kali, hal ini juga berlaku pada saat setiap kali melakukan kesalahan. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan agar melatih aspek sosial-emosionalnya, bagaimana anak dapat bertanggung jawab atas kesalahan yang dilakukannya, dan mengajarkan anak untuk disiplin menaati peraturan yang ada.

f. Manfaat pencak silat untuk anak usia dini

Manfaat dari pencak silat itu banyak sekali, seperti dapat mengajarkan anak untuk disiplin, bertanggung jawab, melatih keberanian, melatih kemandirian, melatih kepercayaan diri anak dan masih banyak lagi manfaat pencak silat untuk aspek perkembangan lainnya.

## **2. Dampak Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia Dini Melalui Pencak Silat di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon**

Perkembangan sosial-emosional anak usia dini di pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon berdasarkan hasil wawancara dan observasi sudah sesuai dengan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA), terlihat dari Anak sudah menunjukkan rasa semangat untuk mengikuti latihan, disiplin dengan datang tepat waktu, dan tertib saat latihan berlangsung, walaupun ada beberapa anak yang masih bercanda atau tidak mengikuti perintah yang di sampaikan oleh pelatih tetapi anak tersebut dapat bertanggung jawab melakukan hukuman atas kesalahan yang telah di buatnya, sebagian anak sudah mampu percaya diri dengan tidak mencontek

gerakan yang dilakukan oleh temannya, namun ada beberapa anak yang masih menoleh ke kanan dan ke kiri saat latihan jurus berlangsung, anak sudah mampu menaati peraturan yang sudah ditetapkan di lingkungan perguruan pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon, anak sudah mampu menghormati orang lain baik yang lebih dewasa maupun dengan teman sebayanya, seperti contoh pada saat latihan selalu berjabat tangan dengan pelatihnya dan berjabat tangan dengan teman pada saat bertemu di latihan maupun di luar latihan, sebagian anak sudah dapat bersabar menunggu giliran bermain, namun ada beberapa anak yang masih belum bisa sabar menunggu giliran. Ketika waktu istirahat terlihat anak senang berbagi makanan maupun minuman dengan temannya, anak sudah mampu mengendalikan dirinya untuk tidak cepat terbawa emosi saat ada teman yang mengusiknya, anak sudah mampu menempatkan dirinya saat berada dalam kesulitan saat latihan, anak sudah mampu menyelesaikan setiap tugas dan tantangan yang diberikan oleh pelatih dengan mandiri.

Kemudian anak sudah mampu memahami pentingnya bagaimana menolong dirinya sendiri dengan ilmu yang sudah diberikan di pencak silat, beberapa anak sudah mampu mengungkapkan sesuatu yang ingin ditanyakan pada saat pemberian materi oleh pelatih, anak sudah mampu mengungkapkannya idenya saat diskusi bersama kelompoknya untuk menyiapkan strategi agar bisa memenangkan permainan, namun masih ada beberapa anak yang cenderung diam, dengan pencak silat anak dapat memiliki teman yang jauh lebih banyak, anak sudah mampu menunjukkan rasa empatinya dengan memberikan makanan dan minuman saat ada teman yang lain yang tidak membawanya, dan menolong temannya ketika ada yang terjatuh, dan anak sudah mampu mengendalikan emosinya terbukti saat latihan tidak ada anak yang menangis ketika dirinya menerima tantangan dari pelatih, dan tidak ada pula anak yang berkelahi walaupun dirinya merasa terusik.

Adapun materi pembelajaran pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) dalam setiap kali pertemuan diberikan sedikit demi sedikit agar anak dapat mengikutinya dengan mudah. Pencak silat merupakan olahraga yang menuntut kedisiplinan baik ketika sedang berlatih maupun sedang bertanding. Pencak silat merupakan olahraga yang melibatkan kontak tubuh. Dalam pencak silat juga mengandung kedisiplinan, kepatuhan, dan menonjolkan sifat kependekaran yang mengutamakan moral. Dalam pembelajaran pencak silat di PSHT anak diajarkan untuk disiplin dan menaati setiap peraturan dalam latihan. Ketika ada siswa yang melanggar maka akan diberikan hukuman seperti contoh ketika bergurau saat latihan maka pelatih akan memberikan hukuman berupa *Push Up* 5-10 kali agar anak tetap menaati peraturan dan mengikuti perintah yang disampaikan oleh pelatih. Pencak Silat merupakan sistem bela diri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina, dan dikembangkan. Indonesia merupakan Negara yang menjadi pusat ilmu beladiri tradisional pencak silat (Al-Makhfudhoh, 2017). Sehingga sejak dini anak perlu dikenalkan dengan budaya yang ada disekitarnya, agar dapat dikembangkan sampai usia dewasa.

Materi yang terdapat di pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) tidak hanya mengajarkan bela diri atau aspek perkembangan sosial-emosional saja akan tetapi menanamkan nilai agama dan moral seperti saling menghargai satu sama lainnya, saling menghormati dengan yang lebih tua yaitu dengan guru maupun temannya karena ciri khas dari Pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) siswa diwajibkan ketika sebelum atau sesudah latihan maupun saling bertemu diluar latihan harus berjabat tangan baik dengan pelatih maupun temannya. Selain itu setiap sebelum memulai latihan maupun sesudah latihan diwajibkan untuk berdoa terlebih dahulu. Karena pencak silat mempunyai

empat elemen dasar yang membentuk karakteristiknya. Keempat elemen tersebut sebagai berikut (Ramadhan, Ahmad, & Mansoor, 2017). *Pertama*, olah raga dalam pencak silat lebih mengutamakan kepada kesehatan jasmani, mendapatkan kebugaran, ketangkasan, dan kelenturan gerak. *Kedua*, bela diri pencak silat juga sebuah teknik untuk memepertahankan diri dari ancaman yang datang dari luar secara fisik atau lahiriah. *Ketiga*, seni pencak silat sebagai media pertunjukan seni gerak dan irama. *Keempat*, olah batin aspek olah batin adalah komponen pokok dalam pencak silat yang berkaitan dengan spiritualitas. Seorang pesilat di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) akan dibentuk memiliki watak dan kepribadian yang baik, serta memahami falsafah budi pekerti luhur serta banyak diajarkan mengenai norma, etika, adat istiadat, dan agama dalam hubungan sosial masyarakat.

Pencak silat memiliki beberapa manfaat sebagai wahana pendidikan. Pendidikan pencak silat yang berakar pada budaya Indonesia serta mencakup segi mental dan fisik secara integral diharapkan dapat membentuk manusia yang berkualifikasi seperti *Pertama*, Bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. *Kedua*, Berkepribadian dan mencintai budaya Indonesia, Memiliki rasa peraya diri. *Ketiga*, Mempunyai rasa tanggung jawab serta disiplin pribadi dan sosial. *Keempat*, Menghormati sesama manusia, terutama yang lebih tua dan memberikan teladan kepada yang lebih muda. *Kelima*, Anti kejahatan dan kenakalan yang mengganggu ketertiban dan ketentraman masyarakat (Dr. Mulyana, 2014).

## SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwasannya kegiatan pencak silat di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon telah mengembangkan sosial-emosional anak usia dini hal tersebut dapat dibuktikan melalui lembar evaluasi yang telah disediakan di pencak silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Gunung Jati Kabupaten Cirebon, dan berdasarkan hasil wawancara serta observasi peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya perkembangan sosial-emosional anak di perguruan pencak silat tersebut sudah berkembang dengan baik sesuai dengan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) di usianya.

## REFERENSI

- Candra, J. (2021). *Pencak Silat*. Deepublish Publisher.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak silat*.
- Al-Makhfudhoh, A. (2017). *Pendidikan Karakter Anak Melalui Kegiatan Pencak Silat Pagar Nusa Di SD Nahdlatul Ulama Bangil Skripsi*.
- Mulyana. (2013). *Pendidikan pencak silat: Membangun jati diri dan karakter bangsa* (Cetakan pertama). PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyani, N. (2018). *Perkembangan Dasar Anak Usia Dini*. Penerbit Gava Media.
- Nurhasanah, Lia Sari, S., & Adi Kurniawan, N. (2021). *Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini*. Mitra Ash-Shibyan, 4.
- Ramadhan, R., Ahmad, H. A., & Mansoor, A. Z. (2017). Translasi Pencak Silat Kedalam Film Animasi ( Studi Kasus Film Kung Fu Panda ), 9(2), 104–122. <https://doi.org/10.5614/j.vad.2017.9.2.4>
- Suryana, D. (2016). *Pendidikan Anak Usia Dini Stimulasi dan Aspek Perkembangan Anak*. Kencana.
- Susanto, A. (2014). *Perkembangan Anak Usia Dini*. Kencana Prenadamedia Group.
- Syah, M. (2014). *Telaah Singkat Perkembangan Peserta Didik*. PT RajaGrafindo Persada

Yurissetiowati. (2021). *Perkembangan Anak Usia Dini*. Penerbit Lakeisha.