

PERAN NILAI TARUNG DERAJAT DALAM PEMBENTUKAN SIKAP ANGGOTA

Kae Irhan¹, Muhammad Nur Alif², Aam Ali Rahman³

Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}

mnalif@upi.edu²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses internalisasi nilai-nilai kehidupan Tarung Derajat serta pengaruhnya terhadap pembentukan sikap anggota Satlat GIM Sumedang. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode etnografi partisipatif. Partisipan terdiri atas guru Tarung Derajat, pelatih, dan anggota Satlat GIM Sumedang. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan thematic analysis dengan bantuan aplikasi NVivo melalui tahapan transkripsi, pengkodean, kategorisasi, dan penarikan tema. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembentukan sikap anggota berlangsung melalui proses pembiasaan yang dilakukan secara konsisten melalui latihan, penerapan aturan organisasi, keteladanan pelatih, serta internalisasi filosofi “otot, otak, dan nurani”. Nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, pengendalian emosi, keberanian, dan rasa hormat berkembang melalui pengalaman latihan yang berulang dan terstruktur. Penelitian ini menyimpulkan bahwa Tarung Derajat tidak hanya berfungsi sebagai olahraga bela diri, tetapi juga sebagai media pendidikan karakter yang efektif dalam membentuk sikap positif anggota. Temuan ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan pendidikan karakter berbasis olahraga bela diri dan dapat menjadi rujukan dalam pembinaan moral generasi muda melalui aktivitas olahraga nonformal. Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji efektivitas internalisasi nilai bela diri terhadap kelompok usia dan lingkungan sosial yang lebih luas.

Kata Kunci: Bela Diri; Nilai-Nilai Kehidupan; Pembentukan Sikap; Pendidikan Karakter; Tarung Derajat

ABSTRACT

This study aims to analyze the process of internalizing the life values of Tarung Derajat and their influence on the attitude formation of members of Satlat GIM Sumedang. The study employed a qualitative approach with a participatory ethnographic method. The participants consisted of Tarung Derajat instructors, coaches, and members of Satlat GIM Sumedang. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation. The data were analyzed using thematic analysis with the assistance of NVivo software through the stages of transcription, coding, categorization, and theme development. The results showed that members' attitude formation occurred through a consistent habituation process involving training, the implementation of organizational

rules, coaches' role modeling, and the internalization of the philosophy of "muscle, brain, and conscience." Values such as discipline, responsibility, emotional control, courage, and respect developed through repeated and structured training experiences. This study concludes that Tarung Derajat functions not only as a martial art but also as an effective medium for character education in shaping members' positive attitudes. These findings contribute to the development of character education based on martial arts and can serve as a reference for fostering the moral development of the younger generation through non-formal sports activities. Future research is recommended to examine the effectiveness of internalizing martial arts values across broader age groups and social environments.

Keywords: *Attitude Formation; Character Education; Life Values; Martial Arts; Tarung Derajat.*

PENDAHULUAN

Pembentukan karakter menjadi salah satu fokus utama dalam pengembangan sumber daya manusia, termasuk melalui kegiatan olahraga. Olahraga tidak hanya berfungsi sebagai sarana meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga menjadi media pendidikan yang mampu menanamkan nilai-nilai positif seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, pengendalian diri, dan rasa hormat. Dalam konteks tersebut, olahraga bela diri memiliki karakteristik yang khas karena proses pembelajarannya mengintegrasikan latihan fisik, pembinaan mental, serta penguatan nilai moral secara berkelanjutan. Tarung Derajat sebagai salah satu bela diri asli Indonesia dikembangkan dengan filosofi *otot, otak, dan nurani*, yang menekankan keseimbangan antara kemampuan fisik, kecerdasan berpikir, dan kematangan moral. Filosofi tersebut menjadi landasan dalam setiap proses latihan sehingga peserta tidak hanya diarahkan untuk menguasai teknik bertarung, tetapi juga membangun sikap positif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui latihan yang dilakukan secara rutin, anggota dibimbing untuk mengembangkan kedisiplinan, keberanian, kemampuan mengendalikan emosi, serta tanggung jawab terhadap diri sendiri maupun lingkungan sosial.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas bela diri berkontribusi terhadap perkembangan karakter dan kesehatan psikologis peserta. Alif et al. (2024) menjelaskan bahwa kegiatan bela diri dapat mendukung perkembangan positif remaja melalui penanaman nilai-nilai kehidupan. Selanjutnya, Ciaccioni et al. (2024) menemukan bahwa partisipasi dalam olahraga bela diri berhubungan dengan meningkatnya kesehatan mental, kepercayaan diri, dan kemampuan regulasi emosi. Eather et al. (2023) juga melaporkan bahwa keterlibatan dalam olahraga mampu memperkuat kesejahteraan psikologis serta kemampuan berinteraksi sosial apabila didukung oleh lingkungan pembinaan yang kondusif.

Meskipun demikian, implementasi nilai-nilai yang diajarkan dalam organisasi bela diri belum selalu tercermin dalam perilaku seluruh anggotanya. Masih terdapat individu yang menunjukkan perilaku kurang disiplin, sulit mengendalikan emosi, atau belum mampu menerapkan nilai-nilai moral yang diperoleh selama latihan dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses internalisasi nilai

dalam kegiatan bela diri masih memerlukan kajian lebih mendalam, khususnya pada konteks Tarung Derajat yang memiliki filosofi dan budaya organisasi yang berbeda dibandingkan cabang bela diri lainnya. Penelitian mengenai pendidikan karakter melalui olahraga telah banyak dilakukan, namun kajian yang secara khusus mengulas bagaimana nilai-nilai kehidupan Tarung Derajat diinternalisasikan dalam membentuk sikap anggota masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses internalisasi nilai-nilai kehidupan Tarung Derajat serta menjelaskan perannya dalam pembentukan sikap anggota Satlat GIM Sumedang. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan pendidikan karakter berbasis olahraga serta menjadi referensi bagi pelatih dan organisasi Tarung Derajat dalam meningkatkan kualitas pembinaan anggotanya.

KAJIAN TEORI

Tarung Derajat merupakan olahraga bela diri yang menempatkan pembentukan karakter sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari proses latihan. Filosofi otot, otak, dan nurani menjadi landasan utama yang menggambarkan bahwa pengembangan kemampuan fisik harus berjalan seiring dengan kemampuan berpikir serta kesadaran moral. Melalui filosofi tersebut, anggota diarahkan untuk mengembangkan disiplin, keberanian, tanggung jawab, pengendalian diri, dan sikap saling menghormati dalam setiap aktivitas latihan maupun kehidupan bermasyarakat. Dalam konteks ini, sikap dipahami sebagai kecenderungan individu dalam memberikan respons terhadap suatu objek, situasi, atau lingkungan berdasarkan pengetahuan, pengalaman, dan nilai yang dimiliki. Sikap tidak terbentuk secara instan, melainkan berkembang melalui proses belajar yang berlangsung secara terus-menerus, di mana pembiasaan, pengalaman langsung, interaksi sosial, serta keteladanan dari individu yang dianggap memiliki otoritas menjadi faktor penting dalam pembentukannya. Pada lingkungan olahraga, khususnya Tarung Derajat, pelatih dan guru berperan sebagai model yang memengaruhi perilaku anggota selama mengikuti proses latihan. Oleh karena itu, olahraga bela diri telah banyak dikaji sebagai media pembelajaran karakter karena mengintegrasikan aspek fisik, mental, emosional, dan sosial dalam satu kesatuan proses pembelajaran.

Hasil penelitian Isyabella et al. (2024) menunjukkan bahwa penguatan pendidikan karakter dalam pembelajaran pendidikan jasmani harus dilaksanakan secara terintegrasi dalam proses pembelajaran, bukan hanya dicantumkan dalam perangkat administrasi. Guru pendidikan jasmani memandang bahwa pembelajaran yang dirancang dengan menyeimbangkan aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif mampu memberikan kontribusi terhadap perkembangan karakter peserta didik secara lebih holistik. Temuan tersebut menegaskan bahwa pendidikan jasmani memiliki peran strategis sebagai media pembentukan karakter apabila nilai-nilai karakter diimplementasikan secara konsisten dalam setiap aktivitas pembelajaran. Dalam Tarung Derajat, proses pembentukan karakter tersebut diwujudkan melalui internalisasi nilai, yaitu proses ketika nilai yang dipelajari tidak hanya dipahami secara kognitif, tetapi juga menjadi bagian dari perilaku individu. Internalisasi nilai berlangsung melalui pembiasaan selama latihan, penerapan aturan

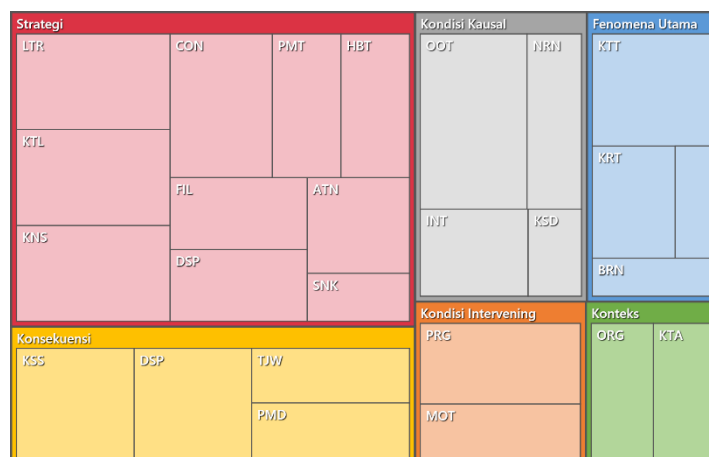
organisasi, keteladanan guru dan pelatih, serta interaksi sosial antarsesama anggota. Bhavsar et al. (2019) menjelaskan bahwa perilaku pelatih memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan moral dan sosial atlet, sedangkan Nicolini (2022) menegaskan bahwa komunitas praktik menjadi ruang pembelajaran yang membentuk identitas, nilai, dan perilaku anggotanya melalui pengalaman bersama. Dengan demikian, proses latihan dalam Tarung Derajat tidak hanya menghasilkan peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga mendorong terbentuknya sikap positif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga olahraga bela diri ini berfungsi sebagai media pendidikan karakter yang mengintegrasikan pengembangan fisik, mental, emosional, sosial, dan moral secara berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain etnografi partisipatif karena berfokus pada pemahaman secara mendalam mengenai proses internalisasi nilai-nilai kehidupan Tarung Derajat dalam membentuk sikap anggota. Pendekatan etnografi partisipatif dipilih karena peneliti terlibat secara langsung dalam lingkungan latihan untuk memahami budaya, interaksi sosial, serta proses pembinaan karakter yang berlangsung dalam kegiatan Tarung Derajat. Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi ide produk inti, perumusan pertanyaan penelitian, finalisasi lokasi penelitian, penentuan jenis penelitian etnografi, pencarian persetujuan penelitian, pelaksanaan penelitian etnografi di lapangan, analisis terhadap data yang telah dikumpulkan, serta pendokumentasian seluruh temuan penelitian sebagai dasar dalam penyusunan hasil dan penarikan kesimpulan.

Penelitian dilaksanakan di Satlat GIM Sumedang. Partisipan penelitian terdiri atas satu guru Tarung Derajat, satu pelatih, dan tiga anggota aktif Satlat GIM Sumedang. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan purposive sampling dengan mempertimbangkan keterlibatan, pengalaman latihan, dan pemahaman terhadap nilai Tarung Derajat.

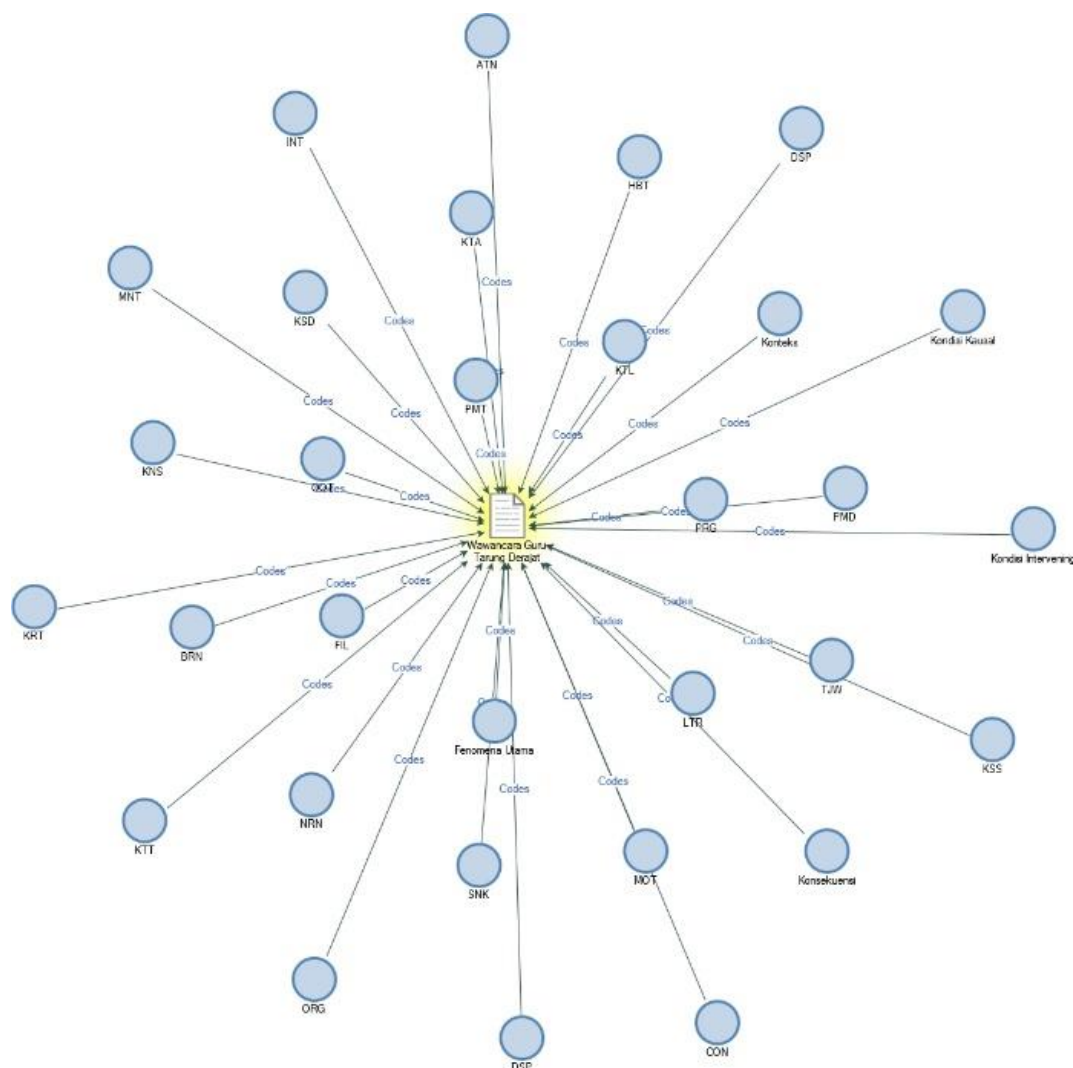
Analisis data dilakukan menggunakan thematic analysis melalui tahapan transkripsi data, open coding, axial coding, kategorisasi tema, dan penarikan kesimpulan. Dengan Axial Code Pembiasaan melalui proses latihan, Disiplin organisasi, Budaya saling menghormati, Regulasi emosi, Keberanian dan kepercayaan diri, Tanggung jawab pribadi, Keteladanan pelatih dan guru, Internalisasi filosofi Tarung Derajat, Interaksi sosial positif, dan Transformasi perilaku anggota, dengan tema utama yaitu Internalisasi Nilai-Nilai Tarung Derajat melalui Budaya Latihan dalam Membentuk Karakter dan Sikap Positif Anggota. Analisis dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak Nvivo untuk mempermudah proses kategorisasi dan visualisasi data penelitian. Validitas data diperkuat melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik untuk memastikan konsistensi temuan penelitian.



Gambar 2. Hierarchy chart wawancara guru tarung derajat.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan teori Munawwaroh (2019) yang menyatakan bahwa struktur tata kelola latihan yang menonjolkan aspek keteladanan memiliki dampak multisektoral bagi perkembangan psikososial remaja. Di sisi lain, Woods et al. (2020) mengemukakan bahwa penempatan porsi regulasi organisasi yang besar di dalam rancangan ekosistem latihan olahraga bertindak sebagai katalisator utama bagi penguatan fondasi kecakapan hidup. Penggabungan dua teori ini memperlihatkan bahwa tata letak prioritas nilai yang diajarkan guru secara struktural berbanding lurus dengan keberhasilan internalisasi karakter anggota.

Berdasarkan hasil visualisasi *explore diagram*, ditemukan bahwa proses latihan dalam Tarung Derajat menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan pembentukan sikap disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, dan kemampuan adaptasi sosial anggota.



Gambar 3. Explore diagram wawancara guru tarung derajat.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Mahfud & Fahrizqi (2020) yang menjabarkan bahwa skema jaring-jaring konseptual di dalam olahraga bela diri tradisional merepresentasikan kedalaman transfer nilai moral yang bersifat nonformal. Kesimpulan relasional ini diperkuat pula oleh kajian dari Zhang et al. (2024) yang mengindikasikan bahwa keterikatan simetris antara aspek olah batin dan olah fisik mampu menstimulasi kemampuan regulasi emosi secara simultan. Dengan demikian, jalinan konsep dari kedua ahli tersebut membuktikan bahwa poros filosofis yang digagas oleh guru memiliki dampak percabangan yang sistematis terhadap karakter afektif anggota.

Hasil Analisis Wawancara Pelatih Satlat GIM Sumedang

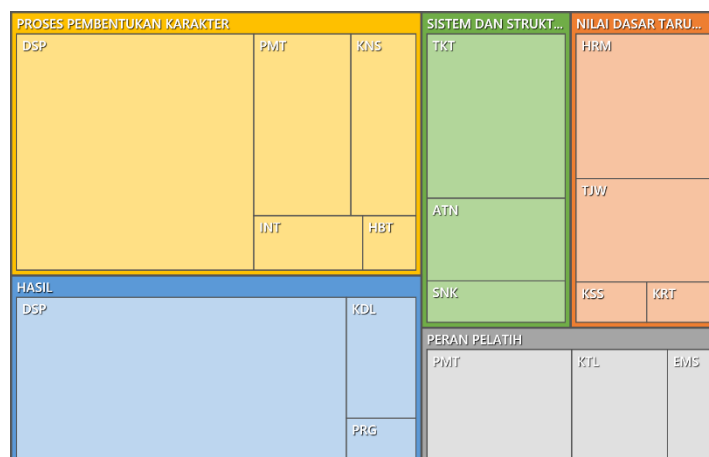
Berdasarkan hasil visualisasi *word cloud*, ditemukan bahwa proses latihan dalam Tarung Derajat menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan pembentukan sikap disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, dan kemampuan adaptasi sosial anggota.



Gambar 4. Word cloud wawancara pelatih.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Irwan & Kamarudin (2021) yang berpendapat bahwa fokus leksikal pelatih pada saat instruksi lapangan mencerminkan orientasi pembinaan watak yang diaplikasikannya secara riil. Dinamika kebahasaan yang berpusat pada disiplin operasional ini disoroti pula oleh Irwan & Kamarudin (2021) sebagai salah satu strategi komunikasi taktis pelatih untuk mempercepat modifikasi afektif dan ketahanan emosional atlet. Berdasarkan pandangan kedua ahli di atas, kosakata teknis dan moral yang dipilih pelatih berkedudukan kuat sebagai media transformasi sikap yang efektif di arena latihan.

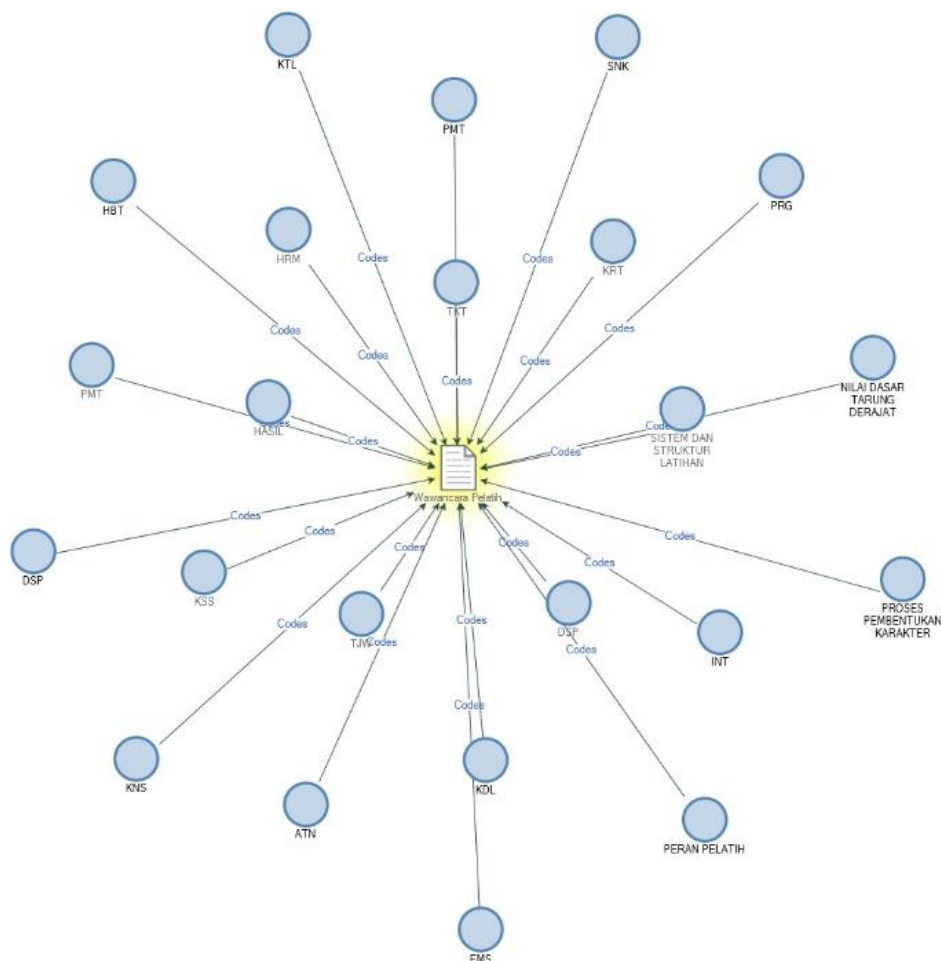
Berdasarkan hasil visualisasi *hierarchy chart*, ditemukan bahwa proses latihan dalam Tarung Derajat menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan pembentukan sikap disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, dan kemampuan adaptasi sosial anggota.



Gambar 5. Hierarchy chart wawancara pelatih.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Somantri (2021) di mana efektivitas pelatih diukur dari kemampuannya membagi porsi antara pengajaran teknik fisik dengan penanaman keteladanan etis. Pengelompokan area kualitatif ini juga selaras dengan riset dari Esti Aryani & Triwanto (2020) yang menunjukkan bahwa program latihan bela diri yang didesain dengan memisahkan area peran instruktur secara tegas akan mempermudah remaja dalam memetakan tanggung jawab sosial mereka. Kolaborasi perspektif kedua ahli ini membuktikan bahwa pelatih di lapangan berhasil menjalankan peran ganda sebagai mentor fisik sekaligus pembimbing moral.

Berdasarkan hasil visualisasi *explore diagram*, ditemukan bahwa proses latihan dalam Tarung Derajat menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan pembentukan sikap disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, dan kemampuan adaptasi sosial anggota.



Gambar 6. Explore diagram wawancara pelatih.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Saputro (2018) yang menegaskan bahwa keterlibatan kognitif dan motorik atlet dipicu oleh kompleksitas instruksi interaktif yang diberikan oleh pelatih di lingkungan latihan. Secara spesifik, Ciaccioni et al. (2024) mengonfirmasi bahwa jejaring tindakan yang dikomandani oleh pelatih dalam bela diri tradisional berdampak signifikan pada pembentukan kompetensi emosional dan stabilitas perilaku sosial. Irisan dari kedua teori ini menegaskan bahwa setiap interaksi taktis pelatih memicu penguatan indikator karakter anggota secara nyata.

Hasil Analisis Wawancara Anggota Satlat GIM Sumedang

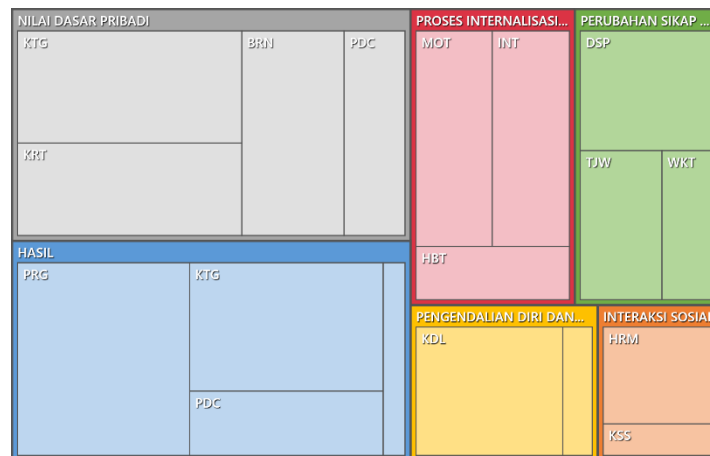
Berdasarkan hasil visualisasi *word cloud*, ditemukan bahwa proses latihan dalam Tarung Derajat menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan pembentukan sikap disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, dan kemampuan adaptasi sosial anggota.



Gambar 7. Word cloud wawancara anggota.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Tomlinson & Jackson (2021) yang menyatakan bahwa penuturan istilah-istilah normatif oleh peserta didik menandakan adanya internalisasi identitas budaya yang kuat dalam sebuah komunitas praktik. Pandangan subjektif anggota ini divalidasi juga oleh kajian Orth & Robins (2022) yang menemui bahwa adopsi verbalitas positif dari kultur bela diri secara langsung meningkatkan harga diri dan persepsi keberhasilan personal. Berdasarkan premis kedua ahli tersebut, kemiripan diksi yang diutarakan anggota membuktikan keberhasilan transfer nilai dari guru dan pelatih kepada murid.

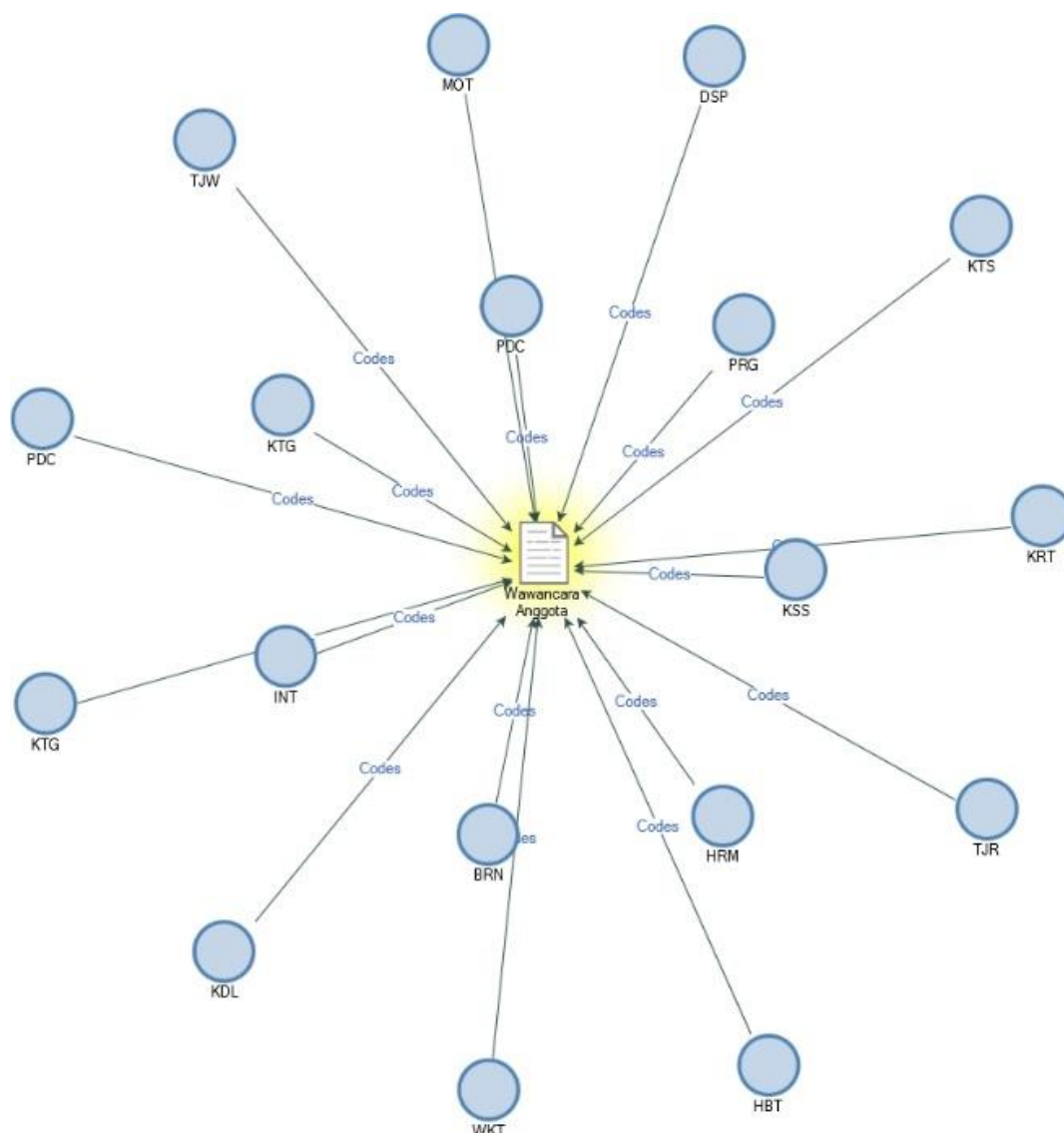
Berdasarkan hasil visualisasi *hierarchy chart*, ditemukan bahwa proses latihan dalam Tarung Derajat menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan pembentukan sikap disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, dan kemampuan adaptasi sosial anggota.



Gambar 8. Hierarchy chart wawancara anggota.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Costa et al. (2020) di mana kenyamanan emosional dan pengakuan aturan menempati porsi tertinggi dalam memengaruhi stabilitas batin peserta latihan. Di sisi lain, Zhang et al. (2024) menjelaskan bahwa kesadaran struktural yang dipahami oleh pelaku olahraga berkorelasi positif dengan penguatan fungsi eksekutif mental dan manajemen stres personal. Kedua landasan teoritis ini menunjukkan bahwa anggota menempatkan keseimbangan batin dan disiplin sebagai manfaat terbesar yang mereka rasakan secara personal.

Berdasarkan hasil visualisasi *explore diagram*, ditemukan bahwa proses latihan dalam Tarung Derajat menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan pembentukan sikap disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, dan kemampuan adaptasi sosial anggota.



Gambar 9. Explore diagram wawancara anggota.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa anggota memahami nilai kehidupan melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Selain itu, budaya latihan yang menekankan penghormatan terhadap pelatih dan sesama anggota membantu membentuk hubungan sosial yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan bela diri tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengembangan psikososial anggota. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Greitemeyer (2022) yang menunjukkan bahwa jalinan pengalaman sosial sesama rekan sejawat di dalam lingkungan latihan memicu perluasan perilaku prososial di luar organisasi. Hal ini juga didukung oleh teori adaptasi psikososial dari Dasopang et al. (2023) yang mengemukakan bahwa integrasi menyeluruh antara aktivitas motorik keras dan nilai-nilai kesantunan lokal berkontribusi nyata pada kedewasaan respons sosial

generasi muda. Sinergi pemikiran para ahli ini menegaskan bahwa transformasi sikap anggota terbentuk akibat ekosistem relasi yang solid di lingkungan Tarung Derajat.

PEMBAHASAN

Proses Internalisasi Nilai-Nilai Kehidupan Tarung Derajat di Satlat GIM Sumedang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses internalisasi nilai-nilai kehidupan dalam Tarung Derajat berlangsung melalui latihan yang terstruktur, pembiasaan sosial, penerapan disiplin organisasi, serta interaksi berkelanjutan antara guru, pelatih, dan anggota selama kegiatan latihan berlangsung. Nilai-nilai seperti disiplin, pengendalian emosi, keberanian, rasa hormat, dan tanggung jawab ditanamkan secara bertahap melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten. Hal tersebut menunjukkan bahwa Tarung Derajat tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas olahraga fisik, tetapi juga sebagai sistem pendidikan berbasis nilai kehidupan.

Sejalan dengan teori Alif et al. (2024) yang memberikan indikasi berdasarkan hasil penelitian mereka bahwa aktivitas seni bela diri dapat memberikan pengaruh yang positif bagi perkembangan jiwa dan perilaku kelompok usia remaja. Proses internalisasi nilai yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan adanya pembelajaran berbasis pengalaman (*embodied learning*) yang berkembang melalui budaya latihan bela diri. Lafuente et al. (2021) menjelaskan bahwa latihan bela diri merupakan proses pedagogis yang memungkinkan individu mempelajari nilai kehidupan melalui pengalaman fisik, emosional, dan sosial secara langsung. Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa anggota memahami disiplin dan pengendalian diri bukan hanya sebagai konsep teoritis, tetapi sebagai pengalaman nyata yang diperoleh selama proses latihan berlangsung.

Selain itu, peran guru dan pelatih menjadi faktor penting dalam proses internalisasi nilai kehidupan. Anggota cenderung meniru perilaku dan sikap yang ditunjukkan oleh pelatih selama latihan berlangsung. Temuan ini sejalan dengan penelitian Bhavsar et al. (2019) yang menjelaskan bahwa perilaku pelatih memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan moral, emosional, dan sosial atlet dalam lingkungan olahraga. Dalam konteks Tarung Derajat, pelatih tidak hanya berfungsi sebagai instruktur teknik, tetapi juga sebagai figur moral yang menjadi teladan bagi anggota.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa filosofi “otot, otak, dan nurani” berfungsi sebagai dasar integrasi antara kemampuan fisik, kesadaran berpikir, dan tanggung jawab moral anggota. Temuan ini sejalan dengan pendapat Woods et al. (2020) yang menjelaskan bahwa pembelajaran bermakna dalam olahraga berkembang ketika individu terlibat secara kognitif, emosional, dan sosial selama proses latihan. Dalam penelitian ini, anggota tidak hanya mempelajari teknik bela diri, tetapi juga mengembangkan kesadaran reflektif terhadap perilaku dan pengendalian emosi. pembahasan dalam penelitian Alif et al. (2024) menunjukkan secara jelas bahwa pengaruh utama dalam kegiatan seni bela diri berkaitan erat dengan bagaimana para pelatih memberikan kontribusi yang kuat dalam memberikan pemahaman serta gaya pengajaran yang digunakan dalam aktivitas bela diri tersebut.

Dari sisi psikologis, pengalaman menghadapi tekanan fisik dan emosional selama latihan juga berkontribusi terhadap perkembangan regulasi emosi dan ketahanan mental anggota. Martín-Rodríguez et al. (2024) menjelaskan bahwa partisipasi dalam olahraga bela diri memiliki pengaruh positif terhadap ketahanan psikologis, kemampuan adaptasi stres, dan pengelolaan emosi peserta latihan. Selain itu, Zelazo (2020) menjelaskan bahwa aktivitas yang melibatkan disiplin dan pengendalian diri mampu meningkatkan fungsi eksekutif dan stabilitas emosional individu.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa internalisasi nilai kehidupan berlangsung melalui pengalaman sosial kolektif dalam komunitas latihan. Nicolini (2022) menjelaskan bahwa komunitas praktik membentuk identitas individu melalui partisipasi, interaksi, dan pengalaman bersama. Dalam konteks Tarung Derajat, lingkungan latihan menjadi ruang sosial yang membentuk identitas, solidaritas, dan pemahaman moral anggota melalui interaksi yang berlangsung secara terus-menerus.

Temuan penelitian ini memperkuat penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa lingkungan bela diri yang menekankan disiplin, empati, dan penghormatan sosial mampu memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan karakter dan perilaku sosial peserta latihan (Eather et al., 2023). Namun demikian, penelitian ini memberikan perspektif baru dengan menyoroti bagaimana filosofi lokal Tarung Derajat diinternalisasikan melalui budaya latihan bela diri dalam konteks Indonesia.

Peran Nilai-Nilai Kehidupan Tarung Derajat dalam Membentuk Sikap Anggota Satlat GIM Sumedang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai kehidupan dalam Tarung Derajat memiliki peran dalam membentuk sikap anggota, terutama dalam aspek disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab sosial, keberanian, dan rasa hormat terhadap orang lain. Anggota menjelaskan bahwa setelah mengikuti latihan secara rutin, mereka mengalami perubahan perilaku dalam kehidupan sehari-hari seperti lebih percaya diri, lebih mampu mengontrol emosi, lebih bertanggung jawab, dan lebih baik dalam berinteraksi sosial.

Perkembangan disiplin yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa partisipasi olahraga yang dilakukan secara terstruktur dapat memengaruhi adaptasi perilaku individu. Bruner et al. (2023) menjelaskan bahwa olahraga mampu mengembangkan life skills apabila lingkungan latihan secara sengaja mengintegrasikan nilai seperti disiplin, tanggung jawab, dan kesadaran emosional. Sejalan dengan penelitian Maulana, Rahman, & Aminah (2022) yang menyebutkan bahwa membiarkan kondisi krisis ini terus terjadi tanpa adanya tindakan nyata tentu akan membuat generasi penerus berada dalam situasi yang semakin sulit, di mana moral mereka menjadi tidak teratur dan berisiko kehilangan sifat-sifat karakter kreatif mereka

Penelitian ini juga menemukan bahwa pengalaman menghadapi tekanan latihan membantu anggota mengembangkan keberanian dan rasa percaya diri dalam kehidupan sehari-hari. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Ciaccioni et al. (2024) yang menjelaskan bahwa partisipasi dalam olahraga bela diri mampu meningkatkan self-esteem, rasa percaya diri, dan kemampuan menghadapi tekanan melalui pengalaman

keberhasilan selama latihan. Pengalaman menghadapi tantangan fisik dan emosional selama sparring membantu anggota membangun keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri.

Dalam aspek pengendalian emosi, anggota menjelaskan bahwa mereka menjadi lebih tenang dan lebih mampu mengontrol reaksi impulsif setelah mengikuti latihan secara rutin. Temuan ini sejalan dengan penelitian Zhang et al. (2024) yang menjelaskan bahwa latihan bela diri memiliki kontribusi terhadap perkembangan regulasi emosi dan pengelolaan stres pada remaja dan dewasa muda. Selain itu, Eather et al. (2023) menjelaskan bahwa partisipasi dalam bela diri mampu meningkatkan kompetensi emosional, kesadaran diri, dan kemampuan adaptasi sosial apabila dilakukan dalam lingkungan pembinaan yang suportif.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa latihan Tarung Derajat berkontribusi terhadap pembentukan sikap sosial anggota melalui kerja sama, solidaritas, dan rasa saling menghormati antaranggota. Super et al. (2018) menjelaskan bahwa lingkungan olahraga yang positif dapat membantu perkembangan hubungan sosial dan moral peserta latihan. Qi et al. (2022) juga menjelaskan bahwa positive youth development dalam olahraga berkembang ketika peserta memperoleh hubungan sosial yang suportif, rasa aman secara emosional, dan kesempatan untuk terlibat dalam interaksi sosial yang bermakna.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa latihan Tarung Derajat memiliki manfaat terhadap keseimbangan psikologis anggota. Anggota menjelaskan bahwa latihan membantu mereka menjadi lebih tenang, lebih stabil secara emosional, dan lebih mampu menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari. Pertama, bisa merasakan adanya masalah serta peluang dan berani mengambil risiko; kedua, menjadi peka terhadap situasi lingkungan sekitar dan menghargai karya orang lain; ketiga, berani mengungkapkan serta menanggapi perasaan sekaligus mengatur emosi; dan keempat, memiliki sifat gigih serta tidak mudah bosan, sehingga selalu punya solusi untuk menyelesaikan berbagai masalah.

Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dengan menunjukkan bahwa nilai-nilai kehidupan dalam Tarung Derajat tidak hanya dipahami sebagai konsep moral, tetapi diwujudkan secara nyata melalui pengalaman sosial dan fisik dalam budaya latihan. Penelitian ini juga memperluas kajian pedagogi bela diri dengan menyoroti bagaimana filosofi bela diri lokal Indonesia berperan dalam membentuk perkembangan psikososial dan moral generasi muda.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan pada satu satuan latihan dengan jumlah partisipan yang terbatas sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, pendekatan kualitatif yang digunakan lebih menekankan pengalaman subjektif partisipan dibandingkan pengukuran perilaku secara kuantitatif. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan mixed methods, melibatkan partisipan yang lebih luas, dan membandingkan berbagai cabang bela diri untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran olahraga bela diri dalam pembentukan karakter generasi muda.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa proses internalisasi nilai-nilai kehidupan dalam Tarung Derajat berlangsung melalui budaya latihan yang terstruktur, pembiasaan sosial, penerapan disiplin organisasi, serta interaksi yang berkelanjutan antara guru, pelatih, dan anggota selama latihan berlangsung. Filosofi “otot, otak, dan nurani” menjadi dasar utama dalam mengintegrasikan kemampuan fisik, kesadaran berpikir, dan tanggung jawab moral anggota. Melalui pengalaman latihan yang dilakukan secara konsisten, anggota secara bertahap mengembangkan disiplin, pengendalian emosi, tanggung jawab, keberanian, dan rasa hormat dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa Tarung Derajat tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas bela diri, tetapi juga sebagai sistem pendidikan karakter berbasis olahraga yang mampu membentuk perkembangan psikososial, emosional, dan moral anggota. Partisipasi dalam latihan memberikan pengaruh positif terhadap rasa percaya diri, kemampuan regulasi emosi, hubungan sosial, dan kemampuan adaptasi perilaku anggota dalam kehidupan sosial. Temuan tersebut memperkuat pemahaman bahwa lingkungan bela diri yang menekankan nilai pendidikan dan interaksi sosial positif dapat menjadi media efektif dalam pembentukan karakter generasi muda. Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis terhadap kajian pedagogi olahraga dan pendidikan bela diri dengan menunjukkan bagaimana filosofi lokal Tarung Derajat diinternalisasikan melalui pengalaman sosial dan budaya latihan. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi pelatih, pendidik olahraga, dan organisasi bela diri dalam mengembangkan program latihan yang tidak hanya berorientasi pada kemampuan teknik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan perkembangan psikososial peserta latihan. Meskipun demikian, penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena dilakukan pada satu satuan latihan dengan jumlah partisipan yang terbatas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan populasi yang lebih luas, menggunakan pendekatan mixed methods, serta membandingkan berbagai tradisi bela diri agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran olahraga bela diri dalam pendidikan karakter generasi muda.

DAFTAR PUSTAKA

- Alif, M. N., Komarudin, K., Muhtar, T., & Mulyana, M. (2024). Positive Youth Development (PYD) in Martial Arts Activities: Literature Review. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 7(4), 914–922. <https://doi.org/10.33438/ijdshts.1471275>
- Ambarwati, A., & Raharjo, S. T. (2018). Prinsip Kepemimpinan Character of A Leader pada Era Generasi Milenial [Leadership Principles Character of a Leader in the Millennial Generation Era]. *Philanthropy Journal Of Psychology*, 2(2), 114–127. <https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/view/1151/0>
- Bhavsar, N., Ntoumanis, N., Quested, E., Gucciardi, D. F., Thøgersen-Ntoumani, C., Ryan, R. M., Reeve, J., Sarrazin, P., & Bartholomew, K. J. (2019). Conceptualizing and testing a new tripartite measure of coach interpersonal behaviors. *Psychology of*

- Sport and Exercise*, 44, 107–120. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.05.006>
- Bruner, M. W., McLaren, C. D., Sutcliffe, J. T., Gardner, L. A., Lubans, D. R., Smith, J. J., & Vella, S. A. (2023). The effect of sport-based interventions on positive youth development: a systematic review and meta-analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 368–395. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1875496>
- Ciaccioni, S., Castro, O., Bahrami, F., Tomporowski, P. D., Capranica, L., Biddle, S. J. H., Vergeer, I., & Pesce, C. (2024). Martial arts, combat sports, and mental health in adults: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 70(September 2023), 102556. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102556>
- Costa, S., Santi, G., di Fronso, S., Montesano, C., Di Gruttola, F., Ciofi, E. G., Morgilli, L., & Bertollo, M. (2020). Athletes and adversities: athletic identity and emotional regulation in time of COVID-19. *Sport Sciences for Health*, 16(4), 609–618. <https://doi.org/10.1007/s11332-020-00677-9>
- Dasopang, M. D., Nasution, I. F. A., & Lubis, A. H. (2023). The role of religious and cultural education as a resolution of radicalism conflict in Sibolga community. *HTS Teologiese Studies / Theological Studies*, 79(1), 1–7. <https://doi.org/10.4102/hts.v79i1.8469>
- Eather, N., Wade, L., Pankowiak, A., & Eime, R. (2023). The impact of sports participation on mental health and social outcomes in adults: a systematic review and the ‘Mental Health through Sport’ conceptual model. *Systematic Reviews*, 12(1), 1–27. <https://doi.org/10.1186/s13643-023-02264-8>
- Esti Aryani, T. (2020). Penyuluhan Hukum Tentang Kenakalan Remaja dan Akibat Hukumnya. *ANDASIH Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 248–253. <https://doi.org/10.57084/andasih.v1i1.372>
- Greitemeyer, T. (2022). Prosocial modeling: person role models and the media. *Current Opinion in Psychology*, 44, 135–139. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.024>
- Irwan, & Kamarudin. (2021). Nilai Kearifan Lokal: Projek Paradigma Baru Program Sekolah Penggerak untuk Mewujudkan Profil Pelajar Pancasila. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/971>
- Isyabella, A., Suherman, A., & Supriyadi, T. (2024). Elementary School Physical Education Teachers’ Perceptions of Strengthening Character Education in Physical Education. *Ejurnal Upi*, 11(1), 190–209. <https://doi.org/10.53400/mimbar-sd.v11i1.69177>
- Lafuente, J. C., Zubiaur, M., & Gutiérrez-García, C. (2021). Effects of martial arts and combat sports training on anger and aggression: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 58(February), 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2021.101611>
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Sport Science And Education Journal Indonesia Pengembangan Model Latihan Keterampilan. *Jurnal Teknokrat*, 1(1), 31–37.
- Martín-Rodríguez, A., Gostian-Ropotin, L. A., Beltrán-Velasco, A. I., Belando-Pedreño, N., Simón, J. A., López-Mora, C., Navarro-Jiménez, E., Tornero-Aguilera, J. F., &

- Clemente-Suárez, V. J. (2024). Sporting Mind: The Interplay of Physical Activity and Psychological Health. *Sports*, 12(1), 1–41. <https://doi.org/10.3390/sports12010037>
- Maulana, M., Rahman, A. A., & Aminah, M. (2022). MURRDERR Strategy: Developing Creative Characters of Elementary School Prospective Teachers. *International Journal of Instruction*, 15(1), 547–564. <https://doi.org/10.29333/iji.2022.15131a>
- Munawwaroh, A. (2019). Keteladanan Sebagai Metode Pendidikan Karakter. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 7(2), 141. <https://doi.org/10.36667/jppi.v7i2.363>
- Nicolini, D. (2022). UNDERSTANDING COMMUNITIES OF PRACTICE: TAKING STOCK AND MOVING FORWARD1. *Journals.Aom.Org*.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2022). Is High Self-Esteem Beneficial? Revisiting a Classic Question. *American Psychologist*, 77(1), 5–17. <https://doi.org/10.1037/amp0000922>
- Qi, S., Hua, F., Zhou, Z., & Shek, D. T. L. (2022). Trends of Positive Youth Development Publications (1995–2020): A Scientometric Review. *Applied Research in Quality of Life*, 17(1), 421–446. <https://doi.org/10.1007/s11482-020-09878-3>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Somantri, D. (2021). Pentingnya Kompetensi Pedagogik Guru. *JPG: Jurnal Pendidikan Guru*, 2(1), 23. <https://doi.org/10.32832/jpg.v2i1.4099>
- Sukron, M., & Ricky, Z. (2020). Peningkatan Karakter Peserta Didik. *Dharmas Education Journal*, 1(1), 1–9.
- Super, S., Hermens, N., Verkooijen, K., & Koelen, M. (2018). Examining the relationship between sports participation and youth developmental outcomes for socially vulnerable youth. *BMC Public Health*, 18(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5955-y>
- Tomlinson, M., & Jackson, D. (2021). Professional identity formation in contemporary higher education students. *Studies in Higher Education*, 46(4), 885–900. <https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1659763>
- Woods, Carl, Rothwell, Martyn, Rudd, James, Robertson, Samuel and Davids, K. (2020). (2020). *experiential knowledge for athlete development and*.
- Woods, C. T., Rudd, J., Robertson, S., & Davids, K. (2020). Wayfinding: How Ecological Perspectives of Navigating Dynamic Environments Can Enrich Our Understanding of the Learner and the Learning Process in Sport. *Sports Medicine - Open*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s40798-020-00280-9>
- Zelazo, P. D. (2020). Executive Function and Psychopathology: A Neurodevelopmental Perspective. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16, 431–454. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-072319-024242>
- Zhang, G., Feng, W., Zhao, L., Zhao, X., & Li, T. (2024). The association between physical activity, self-efficacy, stress self-management and mental health among adolescents. *Scientific Reports*, 14(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-56149-4>