

Mk: Pencak Silat

PERATURAN PERTANDINGAN



Oleh:

Nur Rohmah Muktiani

Kategori

- **Kategori Tanding**
- **Kategori Tunggal**
- **Kategori Ganda**
- **Kategori Regu**

Tanding

Menampilkan :

- **Dua pesilat dari kubu berbeda**
- **Kaidah pencak silat**
- **Pembelaan dan serangan/teknik dan taktik**
- **Nilai prestasi teknik**

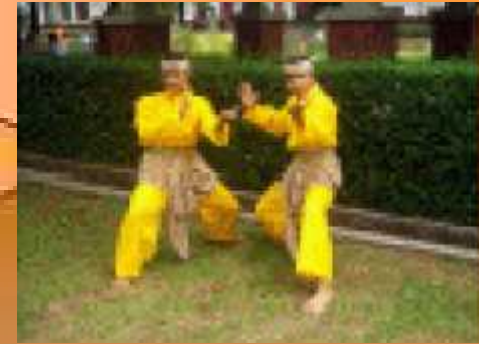


Tunggal



- **Kategori pertandingan yang menampilkan seorang pesilat memperagakan jurus tunggal baku dengan benar, tepat, dan mantab penuh penjiwaan dengan tangan kosong dan bersenjata serta tunduk kepada ketentuan dan peraturan yang berlaku.**

Ganda



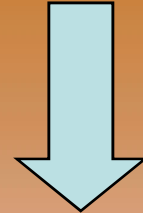
- **Menampilkan dua pesilat dari kubu yang sama, memperagakan kemahiran dan kekayaan teknik, jurus serang bela, yang dimiliki. Gerakan terencana, efektif, estetik, mantap, dan logis dalam sejumlah rangkaian seri yang teratur, bertenaga, penjiwaan, bersenjata maupun tangan kosong.**

Regu



Menampilkan 3 pesilat dari kubu sama memperagakan kemahiran dalam jurus regu baku secara benar, tepat, mantap, penuh penjiwaan dan kompak dengan tangan kosong.

Penggolongan



- **Remaja: putra dan putri (14- 17 tahun)**
- **Dewasa: putra dan putri (17-35 tahun)**

Kategori Tanding **Penimbangan**

**6 jam sebelum
pertandingan pertama**

**15 menit sebelum
tanding**

Remaja

- **Kelas A, 39-42 kg**
- **Kelas B, diatas 42-45 kg**
- **Kelas C, diatas 45-48 kg**
- **.....**
- **12 kelas untuk putra, 8 kelas untuk putri.**

Dewasa

Putra :

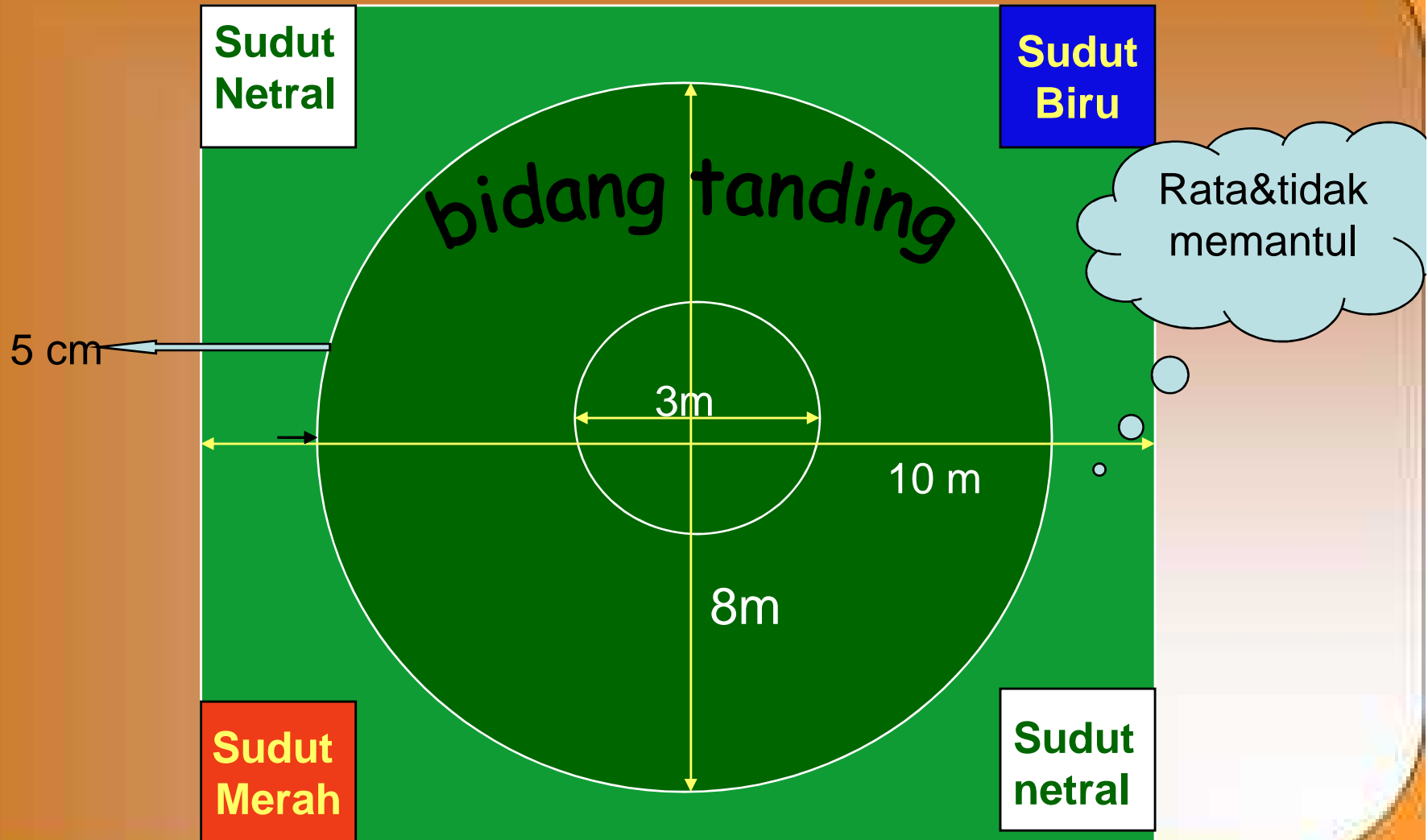
- Kelas A 45-50 kg
- Kelas B diatas 50-55 kg
- Kelas C diatas 55-60 kg
-dst....
- Kelas J diatas 90 kg- 95 kg
- Kelas bebas, diatas 95 -110 kg

Dewasa

Putri:

- **Kelas A** **45-50 kg**
- **Kelas B** **diatas 50-55 kg**
- **Kelas C** **diatas 55-60 kg**
- **... Kelas F**
- **Kelas bebas, diatas 75-90 kg**

Perlengkapan Gelanggang





Badge IPSI

Perlengkapan

Pakaian pesilat

- **Pakaian IPSI, warna hitam**
- **Sabuk putih (ketika bertanding dilepas)**
- **Badge di dada kiri**
- **Nama asal di punggung**
- **Memakai pelindung.**

Babak & Waktu

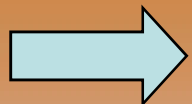


**Pertandingan dalam 3 babak
setiap babak terdiri 2 menit bersih
diantara babak waktu 1menit**

Pendamping

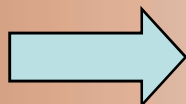
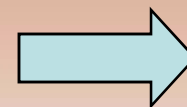
**Maksimal dua pendamping,
berpakaian IPSI
sabuk merah,
salah satu pendamping harus
sejantina**

Kaidah

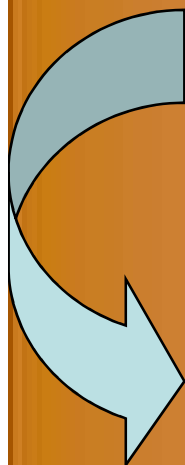


Sikap pasang

Pola langkah



Serang bela



Sasaran

- **Togok yaitu :**
 - * **Dada,**
 - * **Perut (pusat ke atas)**
 - * **Rusuk kiri & kanan**
 - * **Punggung atau belakang badan**

Aba-aba

- **Bersedia**
- **Mulai**
- **Berhenti**
- **Pasang, Silat**
- **Awal dan akhir pertandingan, ada bunyi gong.**

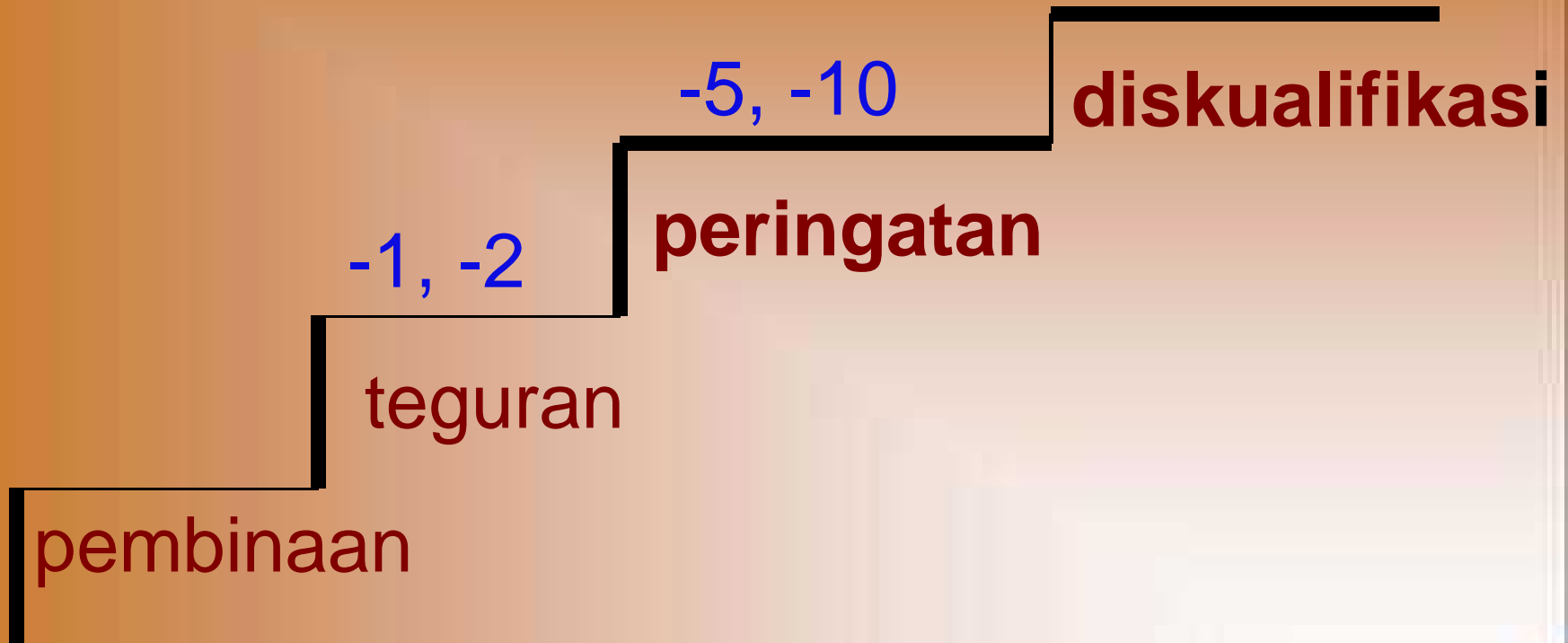
Penilaian

Nilai Teknik

- **1 (serangan lengan), 1+1 (plus awalan)**
- **2 (serangan kaki), 1+2 (plus awalan)**
- **3 (jatuhan), 1+3 (plus awalan)**

Penilaian

Nilai Hukuman



Pelanggaran Ringan

- **Tidak berpola**
- **Keluar gelanggang berturut-turut**
- **Merangkul lawan dlm pembelaan**
- **Menghubungi org luar dg isyarat/kata**
- **Kedua pesilat pasif**
- **Bersuara dengan teriakan**
- **Lintasan yang salah**

Pelanggaran berat

- Tidak menggunakan kaidah
- Menyerang bagian badan yang tidak syah
- Usaha mematahkan persendian lawan
- Sengaja melempar lawan keluar gelanggang
- Menyerang dengan kepala
- Melakukan pelanggaran setelah peringatan I.

Hukuman

- Tegoran : I dan II
- Peringatan : I, II, III
- Diskualifikasi :
 - # Berat badan tdk sesuai
 - # pelanggaran berat, lwn tdk dpt melanjutkan pertd.
 - # memakai doping
 - # pelanggaran berat dengan sengaja, dll

Nilai hukuman

- **Nilai -1tegoran I**
- **Nilai -2tegoran II**
- **Nilai -5Peringatan I**
- **Nilai -10.....Peringatan II**

Kemenangan



- Menang angka
- Menang Teknik
- Menang Mutlak
- Menang WMP
- Menang Undur Diri
- Menang Diskualifikasi

Penutup

Wassalam...
Terima kasih

