

PSIFOLK PENCAK SILAT BERBASIS KEARIFAN LOKAL SEBAGAI INTERVENSI KETANGGUHAN MENTAL ATLET CEDERA PADA KOMPETISI

Sri Rustiyanti¹, Wanda Listiani², Anrilia E.M. Ningdyah³, Suryanti⁴, Sriati Dwiatmini⁵

^{1,2,5}Institut Seni Budaya Indonesia Bandung

³Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

⁴Institut Seni Indonesia Padang Panjang

ABSTRACT

This research is motivated by the high risk of injury among pencak silat athletes, which impacts not only physical but also mental health. Competition injuries often trigger anxiety, depression, and decreased motivation, potentially ending an athlete's career. This condition demands effective and relevant psychological intervention. Psifolk (Psychology and Folklore) was developed as a solution, combining the principles of sports psychology with the values of local wisdom contained in pencak silat culture. This study used a qualitative approach with a case study method to test the effectiveness of Psifolk Pencak Silat. Participants were several pencak silat athletes who had experienced significant injuries during competition. The intervention was carried out through structured counseling sessions and mental training. The research instruments included interviews, observations, and participant diaries. The results of this study indicate that Psifolk Pencak Silat can significantly improve athletes' mental resilience. Participants are able to accept their injuries, manage negative emotions, and rebuild motivation to return to training. The integration of local wisdom values has proven effective in facilitating the psychological recovery process, providing deeper meaning to the injury experience, and strengthening self-identity as a silat practitioner.

Keyword: psifolk, pencak silat athletes, injuries, interventions, mental toughness.

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya risiko cedera pada atlet pencak silat, yang tidak hanya berdampak pada fisik tetapi juga mental. Cedera kompetisi sering kali memicu kecemasan, depresi, dan penurunan motivasi, yang berpotensi mengakhiri karier atlet. Kondisi ini menuntut adanya intervensi psikologis yang efektif dan relevan. Psifolk (Psikologi dan Folklor) dikembangkan sebagai solusi, menggabungkan prinsip-prinsip psikologi olah raga dengan nilai-nilai kearifan lokal yang terkandung dalam budaya pencak silat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk menguji efektivitas Psifolk Pencak Silat. Partisipan adalah beberapa atlet pencak silat yang pernah mengalami cedera secara signifikan selama kompetisi. Intervensi dilakukan melalui sesi konseling dan latihan mental yang terstruktur. Instrumen penelitian meliputi wawancara, observasi, dan catatan harian partisipan. Hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa Psifolk Pencak Silat secara signifikan dapat meningkatkan ketangguhan mental atlet. Partisipan mampu menerima kondisi cedera, mengelola emosi negatif, dan membangun kembali motivasi untuk kembali berlatih. Integrasi nilai-nilai kearifan lokal terbukti efektif dalam memfasilitasi proses pemulihan psikologis, memberikan makna yang lebih dalam terhadap pengalaman cedera, dan memperkuat identitas diri sebagai pesilat.

Kata kunci: psifolk, atlet pencak silat, cedera, intervensi, ketangguhan mental.

PENDAHULUAN

Pencak silat, sebagai seni bela diri tradisional Indonesia, tidak hanya menuntut penguasaan teknik fisik yang prima, tetapi juga ketangguhan mental yang tinggi

(Alderman, 1984; Anrilia Ema M Ningdyah dkk, 2025; Barianto, 2020). Dalam konteks kompetisi, intensitas pertarungan dan tekanan untuk meraih kemenangan sering kali menyebabkan atlet rentan mengalami

cedera, baik fisik maupun psikologis. Cedera fisik seperti patah tulang atau ligamen robek sering kali menjadi pemicu trauma psikologis, seperti kecemasan, ketakutan akan cedera berulang, bahkan depresi. Kondisi ini dapat menghambat proses pemulihan, menurunkan motivasi, dan pada akhirnya mengancam kelangsungan karier atlet (Ghozali, 2018; Gucciardi dkk, 2009). Selama ini, intervensi pasca-cedera lebih banyak berfokus pada aspek medis dan fisioterapi, sementara penanganan sisi psikologisnya masih belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan intervensi yang holistik dan relevan, yang tidak hanya menyembuhkan fisik, tetapi juga membangun kembali mental atlet (Hardy dkk, 2011).

Penelitian ini diawali dengan kajian literatur yang mendalam mengenai psikologi olahraga, khususnya terkait dengan ketangguhan mental, kerentanan emosi, dan resiliensi atlet pasca-cedera (Gucciardi dkk, 2009; Jones dkk, 2007; Connaughton dkk, 2008). Literasi awal menunjukkan bahwa ketangguhan mental dan kerentanan emosi merupakan faktor krusial yang memungkinkan atlet untuk bangkit dari kesulitan, termasuk cedera. Namun, sebagian besar intervensi yang ada cenderung bersifat umum dan kurang mempertimbangkan konteks budaya atlet.

Oleh karena itu, penelitian ini memperkenalkan Psifolk Pencak Silat sebagai kerangka intervensi (Wibowo, 2019; Cahyono, 2019;). Psifolk adalah singkatan dari Psikologi dan Folklor. Pendekatan ini secara spesifik mengintegrasikan konsep psikologi olahraga dengan filosofi kearifan lokal sehingga dapat meningkatkan spirit pencak silat (Atmojo, 2020; Santoso, 2021). Beberapa nilai kearifan lokal yang dikaji meliputi konsep ‘alua patuik raso pareso’ (Minang), ‘silih asih silih asah silih asuh’ (Sunda) ‘mikul dhuwur mendhem jero’ (Jawa). Melalui integrasi ini, Psifolk diharapkan dapat memberikan makna yang lebih mendalam pada pengalaman cedera, mengubahnya dari sebuah hambatan menjadi bagian dari proses pengembangan diri sebagai seorang pesilat dan individu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Psifolk Pencak Silat secara efektif dapat untuk meningkatkan ketangguhan mental seorang atlet pencak silat pasca-cedera kompetisi. Melalui serangkaian intervensi yang mengintegrasikan latihan psikologis dengan nilai-nilai kearifan lokal seperti konsep *tapa brata* (disiplin diri) dan *welas asih* (kasih sayang). Partisipan atlet pencak silat yang mengalami cedera, tidak hanya pulih secara fisik, tetapi juga mengalami transformasi psikologis yang cukup signifikan (Dwiatmini dkk, 2023; Rustiyanti dkk, 2021). Mereka mampu menerima kondisi cedera sebagai bagian dari proses, mengelola emosi negatif dengan lebih baik, dan membangun kembali motivasi untuk kembali berkompetisi. Pembahasan lebih lanjut mengungkapkan bahwa pendekatan berbasis kearifan lokal ini memberikan makna yang mendalam pada pengalaman cedera, mengubahnya dari sebuah trauma menjadi bagian integral dari perjalanan menjadi pesilat yang lebih matang dan bermental kuat.

Gerak Tari Saman untuk Kekuatan Mental dan Fisik

Tarian etnis memiliki kekuatan unik sebagai media untuk menguatkan mental dan fisik secara holistik (Sulistyo dkk, 2020; Setyawan, 2015). Secara fisik, gerak-gerak tari etnis yang seringkali kompleks, berulang, dan membutuhkan koordinasi tinggi, secara efektif melatih ketahanan, kelenturan, kekuatan otot, dan keseimbangan tubuh. Setiap postur, perpindahan berat badan, dan penekanan gerak menuntut kontrol tubuh yang presisi dan disiplin. Sementara itu, aspek mentalnya terbangun melalui fokus, konsentrasi, dan ketekunan yang diperlukan untuk menguasai setiap koreografi. Atlet belajar untuk mengelola emosi dan mengekspresikannya melalui gerak, serta membangun ketahanan mental saat menghadapi kesulitan dalam menguasai teknik tari yang rumit. Proses ini juga seringkali melibatkan koneksi spiritual atau penghayatan filosofis yang terkandung dalam tarian, menumbuhkan ketenangan batin, disiplin diri, dan pemahaman yang lebih dalam tentang diri sendiri. Disiplin gerak dalam tarian etnis menuntut presisi yang luar biasa dan kekuatan yang

terkontrol di setiap detail. Setiap gerak, mulai dari posisi jari, lengkungan lengan, hingga perpindahan berat badan, bukan sekadar estetik, melainkan hasil dari latihan berulang dan kontrol tubuh yang mendalam. Melalui penguasaan postur yang tegak dan seimbang, serta koordinasi antar bagian tubuh yang kompleks. Tarian etnis secara efektif melatih otot-otot inti, fleksibilitas sendi, dan daya tahan fisik. Latihan ini membentuk atlet yang tidak hanya mampu melakukan gerak dengan benar secara teknis, tetapi juga dengan intensitas dan tenaga yang sesuai, mencerminkan kekuatan sekaligus keindahan tradisi.

Gerak Tari Saman dilakukan secara cepat dan serempak, terutama pada gerak tepuk dada, tepuk paha, dan tepuk tangan, membutuhkan ketahanan fisik yang tinggi (Rustiyanti dkk, 2024). Para penari harus mampu menjaga energi dan konsentrasi sepanjang pertunjukan. Selain itu, posisi duduk bersimpuh dan gerak membungkuk dengan cepat melatih kelenturan tubuh. Tentu saja gerak ini memaksa tubuh untuk beradaptasi dengan posisi yang tidak biasa dan beralih dari satu posisi ke posisi lain secara spontan tanpa kehilangan ritme. Keseimbangan tubuh menjadi kunci dalam Tari Saman. Walaupun posisi penari sebagian besar adalah duduk, setiap gerak miring ke kanan, ke kiri, membungkuk, atau menunduk harus dilakukan dengan keseimbangan yang sempurna agar tidak jatuh atau merusak formasi. Kedisiplinan gerak adalah hal yang paling menonjol dalam tari ini. Semua penari bergerak sebagai satu kesatuan, menciptakan ilusi gelombang manusia. Keteraturan dan sinkronisasi gerak ini hanya bisa dicapai melalui latihan yang intens dan kedisiplinan mental yang kuat. Tari Saman menggambarkan kekuatan mental dan fisik, merupakan perpaduan antara seni dan olahraga. Keindahan tarian ini tidak hanya terletak pada gerak yang dinamis, tetapi juga pada kekompakan dan ketahanan mental para penarinya. Mereka harus fokus, mampu menahan lelah, dan tetap bersinergi dengan penari lainnya. Keselarasan gerak dan kekompakan yang ditampilkan menjadi simbol persatuan dan semangat gotong royong, menggambarkan bahwa kekuatan sejati berasal dari gabungan individu yang bekerja bersama untuk menuju satu tujuan.

Literasi Lagu Daerah Gundul-Gundul Pacul untuk Ketangguhan Mental

Literasi lagu daerah, dengan melodi dan liriknya yang kaya akan narasi kehidupan, menawarkan sebuah medium unik untuk menumbuhkan ketangguhan mental. Lagu-lagu ini seringkali bercerita tentang perjuangan, harapan, cinta terhadap tanah air, dan kearifan lokal dalam menghadapi tantangan, yang secara implisit mengajarkan nilai-nilai kesabaran, kegigihan, dan optimisme. Dengan memahami dan meresapi pesan-pesan yang terkandung di dalamnya, individu dapat menarik inspirasi dan kekuatan psikologis untuk menghadapi dinamika kehidupan, memperkuat resiliensi diri melalui resonansi budaya yang mendalam (Atmojo, A. W. 2020).

Lagu *Gundul-Gundul Pacul* (Jawa Tengah) mempunyai makna lagu yang sering diartikan sebagai nasihat tentang kepemimpinan atau tanggung jawab. '*Gundul-gundul pacul, cul, gembelengan*' bisa diartikan sebagai pemimpin yang membawa pacul (simbol amanah/kekuasaan) tetapi '*gembelengan*' (sembrono/main-main), sehingga '*nyunggi nyunggi wakul, kul, gembelengan, wakul ngglimpang segane dadi sak ratan*' (membawa bakul nasi tapi sembrono, bakulnya jatuh dan nasi tumpah berantakan). Lagu ini dapat memotivasi atlet untuk ketangguhan mental, mengajarkan pentingnya fokus dan tanggung jawab terhadap apa yang sedang dilakukan. Bagi atlet, ini berarti fokus penuh pada latihan, strategi, dan pertandingan, tidak '*gembelengan*' atau meremehkan proses. Ada pesan kuat tentang konsekuensi dari sikap sembrono atau kurang disiplin. Jika seorang atlet '*gembelengan*' dalam persiapan atau saat bertanding, hasilnya bisa fatal ('*segane dadi sak ratan*' - kesempatan hilang, kekalahan). Hal ini, dapat membangun ketangguhan mental melalui kesadaran akan pentingnya disiplin dan profesionalisme. Secara implisit, lagu ini mendorong disiplin diri dan keseriusan. Atlet yang tangguh secara mental adalah mereka yang selalu serius dan disiplin dalam menjalani proses, tidak peduli seberapa kecil detailnya.

Integrasi Lintas Seni sebagai Motivasi Psifolk Pencak Silat

Integrasi lintas seni menjadi motivasi utama dalam pengembangan Psifolk Pencak Silat, karena pendekatan ini menyadari bahwa motivasi dan ketahanan mental atlet tidak bisa hanya dipulihkan melalui satu metode tunggal. Dengan menggabungkan elemen-elemen dari seni cabang lain, seperti musik, tari, dan seni rupa, program ini menciptakan pengalaman rehabilitasi yang lebih kaya dan multidimensi (Listiani dkk, 2025). Melalui musik, atlet dapat menemukan ritme batin untuk mengendalikan emosi; melalui tari, mereka belajar mengolah kembali gerakan tubuh dengan makna yang baru; dan melalui seni rupa, mereka dapat mengekspresikan trauma dan harapan. Oleh karena itu, integrasi ini tidak hanya berfungsi sebagai terapi pelengkap, tetapi juga menjadi strategi motivasi yang kuat, membantu atlet kembali menemukan gairah dan tujuan, bukan hanya untuk kembali bertanding, melainkan juga untuk kembali mencintai diri dan seni bela diri yang mereka tekuni (Widodo, 2018). Integrasi lintas seni dalam psifolk pencak silat merupakan pendekatan holistik yang menyatukan elemen-elemen dari cerita rakyat, lagu daerah, dan tari etnis untuk memperkaya dimensi psikologis dan spiritual atlet. Melalui kearifan lokal yang dimiliki ini, narasi heroik dari cerita rakyat dapat membangun spirit juang dan identitas diri, melodi dan lirik lagu daerah mampu mengatur tempo serta meresapi nilai moral, sementara gerak tari etnis secara fisik dan mental menguatkan disiplin, ekspresi emosi, dan koneksi spiritual. Pendekatan terpadu ini membentuk atlet yang tidak hanya unggul dalam teknik bertarung, tetapi juga tangguh secara mental dan berakar kuat pada kearifan budaya lokal (Anjani, 2021).

Menciptakan motivasi yang mendalam dan berkesinambungan dapat dicapai melalui sinergi harmonis antara gerak, suara, dan cerita. Gerak yang terinspirasi dari tarian tradisional memberikan disiplin fisik dan ekspresi emosional, sementara suara, baik dari irama lagu daerah maupun tuturan narator dapat memberikan tempo, energi, dan penekanan pada pesan. Ketika elemen-elemen ini dipadukan dengan narasi cerita rakyat yang penuh inspirasi,

mereka saling melengkapi untuk membentuk pengalaman multisensori yang kuat. Kisah heroik yang diceritakan diiringi melodi yang dapat membangkitkan semangat dan gerak yang merefleksikan perjuangan, menciptakan resonansi emosional yang jauh lebih besar daripada jika masing-masing elemen berdiri sendiri. Sinergi ini secara efektif menginternalisasi nilai-nilai luhur dan spirit juang, mendorong atlet untuk menemukan motivasi dari dalam diri mereka, terhubung dengan akar budaya, dan menampilkan performa yang terbaiknya (Hidayat, 2020).

PENUTUP

Psifolk Pencak Silat bukan sekadar program rehabilitasi fisik, melainkan sebuah intervensi holistik yang memanfaatkan kekayaan kearifan lokal untuk mengembalikan ketangguhan mental atlet cedera. Dengan memadukan nilai-nilai luhur dan filosofi pencak silat, pendekatan ini membantu atlet tidak hanya pulih secara fisik, tetapi juga menemukan kembali makna, identitas, dan kekuatan batin mereka. Pada akhirnya, program ini membuktikan bahwa kearifan lokal dapat menjadi fondasi yang kokoh untuk membangun kembali seorang atlet, mengubah trauma cedera menjadi sebuah momentum untuk menjadi individu yang jauh lebih tangguh.

Dengan demikian, Psifolk Pencak Silat menjadi sebuah terobosan yang relevan dan kontekstual dalam dunia olahraga modern. Program ini menunjukkan bahwa solusi terbaik sering kali dapat ditemukan dengan kembali pada akar budaya sendiri, bukan hanya mengandalkan pendekatan konvensional. Melalui penerapan Psifolk Pencak Silat, kita tidak hanya mengobati fisik, tetapi juga membangun kembali mental atlet dengan pondasi yang kuat, memungkinkan mereka kembali ke arena kompetisi dengan semangat dan ketangguhan yang baru.

Ucapan Terimakasih

Tulisan ini merupakan hasil penelitian yang didukung pembiayaan penuh oleh Kemendiktisaintek tahun 2025 untuk memberikan hibah penelitian dengan no. kontrak 1795/IT8/HK.02/2025 ISBI Bandung, skema Penelitian Fundamental

2024-2025. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Institut Seni Budaya Indonesia (ISBI) Bandung, Universitas 17 Agustus 1945 dan Institut Seni Indonesia (ISI) Padang Panjang, Mitra Penelitian Betako Merpati Putih Ciomas Bogor, dan beberapa perguruan silat yang menjadi lokus penelitian di Bangka Belitung, Kupang, dan Minahasa. Terima kasih atas bantuan fasilitas selama penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alderman, R. B. 1984. "The Development of a Mental Toughness Inventory". *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6(3), 296-308.
- Anrilia Ema M Ningdyah, Wanda Listiani, Sri Rustiyanti, Heppy Millanyani, Sriati Dwiatmini, Suryanti, 2025, *Kesehatan Mental, Atraksi Seni Pencak dan Pariwisata Berkelanjutan Dalam Wacana Pariwisata Masa Depan*, <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/panggung/issue/view/276>, DOI: <https://doi.org/10.26742/panggung.v35i1>
- Barianto, B. 2020. *Studi Komparasi Ketangguhan Mental Antara Atlet Pencak Silat Perguruan dan Non Perguruan*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 9(2), 215-228. Connaughton, D., Wadey, R., Hanton, S., & Jones, G. 2008. The development and maintenance of mental toughness in the context of sport. *The Sport Psychologist*, 22(1), 16-37.
- Ghozali, I. 2018. *Studi Fenomenologi Pengalaman Cedera pada Atlet Pencak Silat*. Jurnal Psikologi Olahraga, 10(1), 45-58.
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. 2009. "Advancing Mental Toughness Research in Sport: Toward a Conceptual and Measurement Refinement". *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31(1), 60-84.
- Dewanto, A. 2017. *Pencak Silat: Filosofi dan Teknik*. Pustaka Seni. Hardy, L., Jones, G., & Gould, D. 2011. *The Psychology of Sport and Exercise: Measurement, Theory and Application*. Routledge.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. 2007. *Mental Toughness: The Key to Sustained Excellence*. Bloomsbury Publishing.
- Nugroho, H. 2019. *Psikologi Olahraga dan Aplikasinya*. Graha Ilmu. Setyawan, B. 2015. *Kearifan Lokal dalam Gerakan Pencak Silat*. Kreasi Wacana. Anjani, L. A. 2021. *Pengaruh Terapi Kognitif Perilaku untuk Menurunkan Kecemasan Berkompesi pada Atlet Pencak Silat*. Skripsi S-1. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Hidayat, R. 2020. *Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua dengan Ketangguhan Mental Atlet Pencak Silat Remaja*. Skripsi S-1. Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Prabowo, E. 2022. *Manajemen Stres Atlet Cedera Melalui Modul Berbasis Mindfulness*. Tesis S-2. Universitas Indonesia, Depok.
- Wibowo, S. 2019. *Model Intervensi Psikologi Olahraga Berbasis Budaya Lokal untuk Meningkatkan Resiliensi Atlet*. Disertasi S-3. UNJ, Jakarta.
- Yuniar, M. 2021. *Coping Strategy Atlet Pencak Silat dalam Menghadapi Cedera Kompetisi*. Laporan Penelitian. Universitas Negeri Surabaya, Surabaya.
- Atmojo, A. W. 2020. *Filosofi Tapa Brata dalam Pembentukan Mental Juara Atlet Pencak Silat*. Prosiding Seminar Nasional Olahraga. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Cahyono, A. & Budianto, E. 2019. *PSIFOLK: Inovasi Intervensi Psikologis pada Atlet Pencak Silat*. Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Olahraga. Universitas Gadjah Mada.
- Santoso, D. & Handayani, W. 2021. *Peran Nilai-Nilai Welas Asih dalam Pemulihan Psikologis Atlet Cedera*. Prosiding Seminar Internasional Budaya dan Olahraga. Universitas Padjadjaran.
- Sriati Dwiatmini, Wanda Listiani, Sri Rustiyanti, 2023, *Media Pembelajaran Artistik Pencak Silat : Analisis Literatur Terbitan Scopus Tahun 2021-2023*, <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fjurnal.wicida.ac.id%2Findex.php%2Fsebatik%2Farticle%2Fdownload%2F2245%2F812%2F8382&psig=AQVaw1ojEHA3Z7A-JvhVmNd7-x&ust=1742096983144000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CAYQrp0MahcKEwjw8pCQl4uMAxUAAAAAHQAAAAAQBA>
DOI:10.46984/sebatik.v27i1.2245
- Sri Rustiyanti, *Accompaniment Music for the Rancak Takasima Pencak Silat Dance in New Idiom Choreography*, 2024, <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85209801489&origin=resultslist&sort=plff&src=s&sid=93f5acff2038969f0e3beeb61d14dff&st=anl&sdt=aut&s=AU&ID%28%22Listiani%2C+Wanda%22+57880192300%29&sl=36&sessionSearc>

- hld
 =93f5acff2038969f0e3beeb61d14dff&r
 elpos=2
- Sri Rustiyanti, Wanda Listiani, Anrilia E.M. Ningdyah, Sriati Dwiatmini, Suryanti, 2024, *Musik Iringan Tari Pencak Silat Rancak Takasima dalam Koreografi Idiom Baru*, <https://journal.isi.ac.id/index.php/resital/article/view/11998/3717>, <https://doi.org/10.24821/resital.v25i1.11998>
- Sri Rustiyanti, Wanda Listiani, Anrilia Ema M.N, 2023, *Minang Folklore of Pencak Arts to Strengthen Mental Health in Indonesian Muslim Society*, <https://jurnal.isidps.ac.id/index.php/mudra/article/view/2342>, DOI: <https://doi.org/10.31091/mudra.v38i2.2342>
- Sri Rustiyanti, Wanda Listiani, Anrilia Ema M.N, 2023, *Model Koreografi Dialogis Seni Pertunjukan Ekologi Anak*, <https://eprosiding.idbbali.ac.id/index.php/senada/article/view/759>
- Sri Rustiyanti, Wanda Listiani, Fani Dila Sari, IBG. Surya Peradantha, 2020, *Literasi Tubuh Virtual dalam Aplikasi Teknologi Augmented Reality PASUA PA*, <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/panggung/article/view/1271>, DOI: <https://doi.org/10.26742/panggung.v30i3.1271>
- Sri Rustiyanti, 2020, *Deconstruction of Minang Philosophy as Ethnoesthetic in Indonesian Folklore*, https://repository.syekhnurjati.ac.id/4141/1/Prosiding%20Seminar%20Internation al_ISBI%20Banding_2020_Septi%20Il man.pdf
- Sri Rustiyanti, *Metode 'TaTuPa' Tabuh Tubuh Padusi sebagai Musik Internal Visualisasi*, 2019, Koreografi NeoRandai, <https://journal.isi.ac.id/index.php/resital/article/view/3394>, DOI: <https://doi.org/10.24821/resital.v20i3.3394>
- Sri Rustiyanti, Wanda Listiani , 2017, *Visualisasi Tando Tabalah Penari Tunggal dalam Photomotion Pertunjukan Rampak Kelompok Tari Minang* <https://jurnal.isidps.ac.id/index.php/mudra/article/view/112>, DOI: <https://doi.org/10.31091/mudra.v32i2.112>
- Sri Rustiyanti, Wanda Listiani, Kamelia Grantisia, 2016, *Identitas Keindonesiaan pada Photomotion Groteks Gariks Garinyiak*
- Penari Kelompok di Tengah Liberasi Budaya Visualisasi Pertunjukan*, <https://eprints.upgris.ac.id/156/1/Prosidi ng%20Semnas%20Keindonesiaan%20R evisi.pdf>
- Sulistyo, B. & Utomo, A. 2020. *Pendekatan Holistik dalam Mengelola Cedera Atlet: Sebuah Kajian Filosofis*. Prosiding Konferensi Psikologi Indonesia. Universitas Airlangga.
- Wanda Listiani, Sri Rustiyanti, Anrilia E.M Ningdyah, 2025. *Simulasi Tindakan Kreativitas dan Ketangguhan Mental untuk Meningkatkan Mentalitas Mahasiswa Unggul di Perguruan Tinggi Seni*, Prosiding Seminar Nasional Universitas Lampung
- Wanda Listiani, Sri Rustiyanti, Fani Dila Sari, IBG Surya Peradantha, 2020, *Desain Model Purwarupa Augmented Reality Patung Karwar 4.0 sebagai Media Pembelajaran Seni Tradisi Biak Papua*, https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/jurnal_budaya_nusantara/issue/view/286, DOI : <https://doi.org/10.36456/JBN.vol3.no.2.2529>
- Wanda Listiani, Sri Rustiyanti, Fani Dila Sari, IBG Surya Peradantha, 2020, *Aplikasi Teknologi Augmented Reality dalam Konservasi Situs Warisan Budaya dan Mitigasi Bencana Gunung Galunggung Jawa Barat Indonesia*, https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/jurnal_budaya_nusantara/article/view/4054 DOI: <https://doi.org/10.36456/JBN.vol4.no2.4054>
- Wanda Listiani, Sri Rustiyanti, Fani Dila Sari, IBG. Surya Peradantha, 2019, *Augmented Reality Pasua Pa Sebagai Alternatif Media Pembelajaran Seni Pertunjukan 4.0*, <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/panggung/article/view/1012>, DOI: <https://doi.org/10.26742/panggung.v29i3.1012>
- Widodo, P. 2018. *Stres dan Strategi Koping Atlet Pencak Silat*. Prosiding Seminar Nasional Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.