

## **PENCAK SILAT SEBAGAI HASIL BUDAYA INDONESIA YANG MENDUNIA**

**Muhammad Mizanudin, Andri Sugiyanto, Saryanto**  
Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo  
Muhammadmizanudin@gmail.com, Andrisugiyanto96@gmail.com,  
Anisdmanyund82@gmail.com

### **Abstrak**

Artikel ini mengangkat tema pencak silat yang menjadi budaya bangsa Indonesia, Pencak silat adalah suatu seni bela diri Asia yang berakar dari budaya Melayu. Di Indonesia, pencak silat sudah di kenal sejak berabad-abad yang lalu. Pakar dan para pendekar pencak silat meyakini bahwa masyarakat melayu menciptakan dan menggunakan ilmu bela diri ini sejak masa prasejarah, karena pada masa itu manusia harus menghadapi alam yang keras dan liar. Pencak silat ini pada zaman itu bertujuan untuk bertahan hidup dengan melawan binatang buas. Teori yang ada pada pencak silat yaitu diantaranya harus menguasai pernapasan, gerakan, jurus, dan materi. Di Indonesia sendiri terdapat induk organisasi pencak silat yang diberi nama Ikatan Pencak Silat Indonesia atau yang lebih dikenal dengan IPSI. Pencak silat ini sekarang sudah menjadi ajang lomba antar Negara yaitu ASEAN GAMES yang diadakan setiap 4 tahun sekali. Beberapa organisasi silat nasional maupun internasional mulai tumbuh dengan pesat. Seperti di Asia, Amerika Serikat dan Eropa. Silat kini telah secara resmi masuk sebagai cabang olah raga dalam pertandingan internasional, khususnya dipertandingkan dalam SEA Games.

**Kata Kunci :** Pencak Silat, IPSI, ASEAN GAMES

### **Abstract**

This article raises the theme of pencak silat which is the Indonesian culture, Pencak silat is an Asian martial art rooted in Malay culture. In Indonesia, pencak silat has been known for centuries. Expert and martial arts warriors believe that Malay society creates and uses prehistoric period martial arts, because at that time humans must face a harsh and liar nature. Pencak silat was at that time the goal of survival by fighting wild beasts. The theory that exists in the pencak silat namely the toll must work, movement, style, and material. In Indonesia, there is a pencak silat organization which is named the Indonesian Pencak Silat Association or more similar to IPSI. This martial art is now a competition between countries, namely ASEAN GAMES which is held every 4 years. Several national and international martial arts organizations are growing rapidly. As in Asia, the United States and Europe. Silat has now officially entered as a sport in international matches, which was contested in the SEA GAMES.

**Keywords:** content, formatting, article.

## **1. PENDAHULUAN**

Pencak silat mempunyai pengertian yakni kelompok masyarakat etnis yang merupakan penduduk asli Negara-negara di kawasan Asia Tenggara. Kata Pencak biasa digunakan oleh masyarakat pulau Jawa, Madura, dan Bali, sedangkan Silat biasa digunakan oleh masyarakat di wilayah Indonesia lainnya maupun di Malaysia, Singapura, Brunei Darussalam serta di Thailand (bagian Selatan), dan Filipina. Penggabungan kata pencak dan silat menjadi kata majemuk untuk pertama kalinya dilakukan pada waktu dibentuk suatu organisasi persatuan dan perguruan Pencak dan perguruan Silat di Indonesia yang diberi nama Ikatan Pencak Silat Indonesia, disingkat IPSI pada tahun 1948 di Surakarta.

Sejak saat itu, pencak silat menjadi istilah resmi di Indonesia. perguruan-perguruan yang mengajarkan Pencak dan Silat asal Indonesia di berbagai Negara kemudian juga menggunakan istilah Pencak Silat. Di dunia internasional Pencak Silat menjadi istilah resmi sejak dibentuknya Organisasi Federatif Internasional yang diberi nama Persekutuan Pencak Silat Antar bangsa, disingkat PERSILAT, di Jakarta pada tahun 1980. Walaupun demikian, karena kebiasaan kata Pencak dan Silat masih digunakan secara terpisah. Dalam makalah ini akan diuraikan secara singkat beberapa hal sekitar Pencak Silat yang meliputi sejarah perkembangan, teknik dasar pencak silat, dan beberapa hal lainnya.

## **2. PEMBAHASAN**

### **2.1 Pencak Silat**

Pencak silat adalah suatu seni bela diri tradisional yang berasal dari Indonesia. Seni bela diri ini secara luas lebih dikenal di negara-negara Asia, seperti: Indonesia, Malaysia, Brunei, Singapura, Filipina, dan Thailand. Di Indonesia sendiri terdapat induk organisasi pencak silat yang diberi nama Ikatan Pencak Silat Indonesia atau yang lebih dikenal dengan IPSI. Sedangkan suatu organisasi yang mewadahi dan memfasilitasi federasi-federasi pencak silat di berbagai negara adalah Persekutuan Pencak Silat Antara Bangsa atau PERSILAT yang merupakan bentukan dari Indonesia, Singapura, Malaysia, dan Brunei Darussalam. Sedangkan menurut versi lain, pencak silat adalah olahraga bela diri yang memerlukan banyak konsentrasi. Dimana setiap konsentrasi dipengaruhi oleh kebudayaan. Sehingga tiap daerah memiliki ciri khas dan aliran pencak silat. Misalnya pencak silat dari daerah Jawa Barat yang terkenal dengan aliran Cimande dan Cikalong. Di Jawa Tengah terkenal dengan aliran Merpati Putih. Sedangkan di Jawa Timur dengan aliran Perisai Diri.

### **2.2 Sejarah Pencak Silat**

Bermula dari nenek moyang bangsa Indonesia yang memiliki cara dalam melindungi diri dan mempertahankan hidupnya dari tantangan alam, sehingga mereka menciptakan bela diri dengan menirukan gerakan binatang yang ada di alam sekitarnya, seperti : gerakan kera, harimau, ular, burung elang. Bela diri juga berkembang dari keterampilan suku-suku asli Indonesia dalam berburu dan berperang dengan menggunakan parang, perisai, dan

tombak. Bela diri juga sudah ada sejak zaman kerajaan-kerajaan besar, seperti kerajaan Sriwijaya, dan Majapahit, yang mana memiliki pendekar-pendekar dan prajurit yang kemahirannya dalam pembelaan diri dapat diandalkan. Sedangkan menurut penilit silat Donald F. Draeger, untuk mengetahui sejarah dan berkembangnya silat dapat dilihat dari berbagai artefak senjata yang ditemukan dari masa klasik (Hindu-Budha) serta pahatan relief-relief yang berisikan sikap-sikap kuda silat di Candi Prambanan dan Borobudur. Sementara itu Sheikh Shamsuddin berpendapat bahwa terdapat pengaruh ilmu bela diri dari Cina dan India dalam silat. Hal ini karena sejak awal kebudayaan Melayu telah mendapat pengaruh dari kebudayaan yang dibawa oleh pedagang maupun perantau dari India, Cina, dan mancanegara lainnya.

Perkembangan silat secara historis mulai tercatat ketika penyebarannya banyak dipengaruhi oleh kaum penyebar agama Islam pada abad ke-14 di nusantara. Kala itu pencak silat diajarkan bersama-sama dengan pelajaran agama di surau atau pesantren. Silat menjadi bagian dari latihan spiritual.

Menyadari pentingnya mengembangkan peranan pencak silat maka dirasa perlu adanya organisasi pencak silat yang bersifat nasional, yang dapat pula mengikat aliran-aliran pencak silat di seluruh Indonesia. Pada tanggal 18 Mei 1948, terbentuklah Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI). Kini IPSI tercatat sebagai organisasi silat nasional tertua di dunia.

Beberapa organisasi silat nasional maupun internasional mulai tumbuh dengan pesat. Seperti di Asia, Amerika Serikat dan Eropa. Silat kini telah secara resmi masuk sebagai cabang olah raga dalam pertandingan internasional, khususnya dipertandingkan dalam SEA Games.

### **2.3 Seni Beladiri Dalam Pencak Silat**

Seni adalah segenap kegiatan budi pikiran seseorang (seniman) yang secara mahir menciptakan sesuatu karya sebagai pengungkapan perasaan manusia. Hasil ciptaan dari kegiatan itu ialah suatu kebulatan organis dalam sesuatu bentuk tertentu dari unsur-unsur bersifai ekspresif yang termuat dalam suatu medium indrawi. The Liang Gie (1996), menjelaskan ciri-ciri pokok seni tersebut adalah :

1. Seni bersifat kreatif: menciptakan sesuatu realitas baru
2. Seni bercorak individualitas, terikat pada perseorangan tertentu dalam penciptaan maupun penikmatannya.
3. Seni sebagai 'ekspresif': menyangkut perasaan manusia dan karena itu penilaiannya juga harus memakai ukuran perasaan estetis.
4. Seni adalah abadi: dapat hidup sepanjang masa.

Seni bersifat semesta: berkembang di seluruh dunia dan sepanjang waku. Seni pada prinsipnya tumbuh dari perbuatan budi manusia untuk menciptakan suatu yang indah. Selain seni merupakan ungkapan dari batin manusia untuk menyalurkan hasrat batinnya yang terpendam kepada orang atau benda yang ada diluar dirinya sendiri, seni juga mempunyai peran dalam kehidupan manusia untuk mengadakan kontak

yang lebih tinggi dari pada manusia yaitu dengan yang transendental. Manusia menciptakan seni sebagai bukti beribadah kepada Tuhan. Seni merupakan hal yang berkaitan dengan ketaatan manusia kepada Yang Maha Kuasa. Dick Hartoko menjelaskan seni merupakan suatu inspirasi, sedang kehidupan adalah suatu kenyataan. Inspirasi artistik konsepsi dan ekspresi banyak tergantung pada situasi kondisi kehidupan, tetapi gaya-gaya kehidupan sering dibentuk oleh cita-cita artistik, oleh inspirasi puitis atau religius. Ragam dan corak seni yang dikenal di dunia dewasa ini cukup banyak. Hal tersebut diilatarbelakangi oleh perkembangan teknologi yang ternyata membawa dampak pada penambahan ragam seni. Di antara ragam seni itu adalah; seni drama, seni patung, seni tari, seni musik, seni rupa dan lain-lainnya. Terkait dengan istilah "Pencak silat seni", kata "seni" berarti indah dan pencak silat seni berarti pencak silat indah. Sedangkan dalam konteks ini; istilah "seni pencak silat", kata "seni" berarti kecakapan, ketrampilan, dan kemahiran teknis dan taktis yang tinggi dalam melaksanakan pencak silat

#### 2.4 Teknik Dasar Pencak Silat

Dalam berlatih pencak silat terdapat beberapa tahap atau tingkat kemahiran yaitu:

1. pemula, pada tahap ini pesilat berlatih tahap dasar dalam pencak silat
2. menengah, di tingkat ini pesilat akan lebih di fokuskan untuk mempelajari semua gerakan dasar dan variasinya
3. pelatih, setelah melewati tahap pemula dan menengah, pesilat akan diberikan teknik-teknik beladiri perguruan, teknik ini hanya diberikan pada orang yang memang sudah dipercaya dan mampu
4. pendekar, pesilat yang telah diakui oleh para sesepuh perguruan dan memiliki ilmu-ilmu rahasia tingkat tinggi

##### A. Pembentukan sikap dan gerak

gerak dasar pencak silat adalah suatu gerak terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali. Berikut ini adalah beberapa urutan dalam pencak silat:

##### 1. Sikap Salam dan Sikap Berdoa

Sikap ini digunakan untuk memulai dan mengakhiri latihan dengan memohon kepada Tuhan.

Tata urutan sikap salam dan doa, yaitu:

- a. berdiri tegak, pandangan kedepan, kedua tumit rapat membentuk sudut 90 derajat, kedua tangan dikepalkan didada
- b. kedua tangan direntangkan ke atas sambil mengucapkan nama Tuhan
- c. kedua tangan dirapatkan didepan dada sambil mengucapkan Tuhan menciptakan saya sebagai manusia
- d. meluruskan tangan kanan ke depan dengan lima jari terbuka sambil mengucapkan pancasila

- e. tarik kembali tangan di depan dada, kedua tangan kembali dikepalkan di depan dada

## 2. Sikap Berdiri

### a. Sikap tegak

Pedoman sikap tegak adalah pandangan ke depan, kedua tangan di samping badan dan kedua tumit rapat membentuk sudut 90 derajat

### b. Sikap kangkang

Pedoman sikap kangkang adalah pandangan ke depan, kedua tangan mengepal di pinggang, kedua kaki di buka kira-kira 35-40 cm. Berguna untuk sikap dasar langkah dan kuda-kuda

### c. Sikap kuda-kuda

Pedoman sikap kuda-kuda adalah teknik yang memperlihatkan sikap dari kedua kaki dalam keadaan tidak bergerak.

Dari bentuknya, kuda-kuda di bagi menjadi 4 jenis

1. Kuda-kuda depan
2. Kuda-kuda belakang
3. Kuda- kuda tenggah
4. Kuda – kuda samping

### d. Sikap Jongkok

1. Sikap Jongkok
2. Sikap Jengkeng

### e. Sikap duduk

1. sikap sila
2. sikap sempok atau dempok
3. sikap simpuh

### f. Sikap berbaring

1. sikap telentang
2. sikap miring
3. sikap telengkup

### g. Sikap pasang

sikap pasang adalah sikap taktik untuk menhadapi lawan yang berpola menyenrang atau menyambut. Macam – macam sikap pisang :

1. Sikap pasang satu, yakni kuda- kuda tenggah mengahadap ke samping dengan pandangan ke depan dan posisi kaki yang segaris.
2. Sikap pasang dua, yakni dengan kuda-kuda serong.
3. Sikap pasang tiga, yakni dengan kuda-kuda samping.
4. Sikap pasang ke empat, yakni dengan kuda-kuda depan
5. Sikap pasang lima, yakni dengan kuda-kuda tenggah seliwa.

6. Sikap pasang enam, yakni dengan kuda-kuda tengah menghadap ke depan.
7. Sikap pasang tujuh, yakni dengan kuda-kuda diaman salah satu kaki disilangkan di belakang kaki lainnya dan pandangan searah dengan kaki yang disilangkan.
8. Sikap pasang delapan, yakni dengan kaki disilangkan.
9. Sikap pasang sembilan, yakni sikap pasang dengan kuda-kuda belakang menghadap kedepan.
10. Sikap pasang sepuluh, yakni dengan berdiri satu kaki terbuka.
11. Sikap pasang sebelas, yakni dengan satu lutut bertumpu pada lantai, dengan kaki lainnya di tekuk tegak lurus.
12. Sikap pasang duabelas, yakni dengan posisi bersila ( sempok ).

## **2.5 Aspek dan Bentuk Pencak Silat**

Terdapat 4 aspek utama dalam pencak silat, yaitu:

1. Aspek Mental Spiritual: Pencak silat membangun dan mengembangkan kepribadian dan karakter mulia seseorang. Para pendekar dan maha guru pencak silat zaman dahulu seringkali harus melewati tahapan semadi, tapa, atau aspek kebatinan lain
2. Aspek Seni Budaya: Budaya dan permainan "seni" pencak silat ialah salah satu aspek yang sangat penting. Istilah Pencak pada umumnya menggambarkan bentuk seni tarian pencak silat, dengan musik dan busana tradisional.
3. Aspek Bela Diri: Kepercayaan dan ketekunan diri ialah sangat penting dalam menguasai ilmu bela diri dalam pencak silat. Istilahsilat, cenderung menekankan pada aspek kemampuan teknis bela diri pencak silat.
4. Aspek Olah Raga: Ini berarti bahwa aspek fisik dalam pencak silat ialah penting. Pesilat mencoba menyesuaikan pikiran dengan olah tubuh.. Aspek olah raga meliputi pertandingan dan demonstrasi bentuk-bentuk jurus, baik untuk tunggal, ganda atau regu.

## **2.6 Manfaat Adanya Pencak Silat**

Beberapa manfaat yang diperoleh dalam olahraga beladiri pencak silat adalah:

1. Kesehatan dan kebugaran
2. Membangkitkan rasa percaya diri
3. Melatih ketahanan mental
4. Mengembangkan kewaspadaan diri yang tinggi
5. Membina sportifitas dan jiwa ksatria
6. Disiplin dan keuletan yang lebih tinggi

## **2.7 Jenis Organisasi Pencak Silat di Tingkat Nasional maupun Internasional**

1. PERSILAT : Persekutuan Pencak Silat Antar Bangsa
2. IPSI : Ikatan Pencak Silat Indonesia
3. FP2STI : Forum Pecinta dan Pelestari Silat Tradisional Indonesia
4. EPSF : European Pencak Silat Federation

### 3. KESIMPULAN

Pencak silat adalah adalah suatu seni bela diri tradisional yang berasal dari Indonesia. Seni bela diri ini secara luas lebih dikenal di negara-negara Asia maupun Eropa. Terbukti dari banyaknya organisasi-organisasi pencak silat yang tumbuh dengan pesat, seperti: PERSILAT di Indonesia, IPSI, PESAKA di Malaysia.

Berkembangnya seni pencak silat tidak terlepas dari sejarah awal mulanya berdiri pencak silat. Berawal dari nenek moyang bangsa Indonesia yang berusaha untuk mempertahankan dirinya dari ancaman dan tantangan alam, Kerajaan-kerajaan besar yang memiliki prajurit dan pendekar-pendekar yang siap berperang, Pahlawan nasional bangsa Indonesia, seperti pangeran Diponegoro yang melawan penjajah, sampai pada akhirnya bela diri berkembang seiring berkembangnya jaman.

Pencak silat merupakan salah satu warisan yang patut untuk terus dijaga dan dikembangkan. Melalui serangkaian proses perputaran zaman sampai pada akhirnya pencak silat menjadi hak paten sebagai cabang olahraga yang diakui baik dari nasional maupun internasional. Maka sudah sepatutnya pencak silat harus terus dijaga, dilestarikan, dan dikembangkan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Djoemali, Ki Moh. 1985. Pencak Silat dan Seni Budaya. Yogyakarta : Kementerian P & K.
- Kiong, Liem Yoe. 1960. Teori Ilmu Silat. Bandung: Universitas Padjadjaran.
- Saleh. 1992. Pencak Silat. Bandung: FPOK UPI.
- Tisnowatitamat. 1982. Pelajaran Dasar Pencak Silat. Jakarta : Miswar.
- Wongsonegoro. 1982. Pencak Silat. Yogyakarta : IPSI.
- Zulkifli, Dede. 2003. Kreatif Dengan Pencak Silat. Bandung : Informatika.
- Amin, Muhammad. Rangkuman Tentang Olahraga Pencak Silat. <https://www.scribd.com/document/2017/3/28/Rangkuman-Tentang-Olahraga-Pencak-Silat>. Diakses pada 12 September 2018