



## ANALISIS PERBANDINGAN KUNGFU WING CHUN DARI TIONGKOK DAN PENCAK SILAT MERPATI PUTIH DARI INDONESIA

Wandayani Goeyardi, B.A., M.Pd

Sastra Cina, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Brawijaya

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

### **Abstract**

*Martial art is one of physical exercises. Martial arts nowadays are gaining in popularity. In addition to sports, martial arts are learned to protect ourselves from various kinds of attacks. As the time progressed, martial arts increasingly popular all over the world, including China and Indonesia. China has various types of martial arts like kungfu. Kungfu is subdivided into several types, one of them is wing chun. In Indonesia, there are also various types of martial arts. Pencak silat that scattered throughout the country is Merpatih Putih. Unlike China, this type of martial arts such as Merpati Putih is also a subdivision of martial arts. Not only the reference and classification that are different, Chinese and Indonesian martial arts also have other values such as moves. Based on this problem, the comparisons found in kungfu wing chun and Pencak Silat Merpati Putih will be examined. Movement and function in this research refers to wing chun college in Malang city named Logical Wing Chun and Merpati Putih Indonesia.*

**Keywords:** martial arts, pencak silat, wing chun.

### **Abstrak**

Seni beladiri merupakan salah satu olah jasmani. Di era modern seperti ini, seni beladiri semakin populer. Selain untuk olahraga, beladiri dipelajari untuk melindungi diri dari berbagai macam serangan, mulai dari serangan fisik hingga batin. Seiring berkembangnya zaman, ilmu beladiri semakin digemari di seluruh kalangan di mancanegara, termasuk Cina dan Indonesia. Cina memiliki berbagai jenis ilmu beladiri seperti kungfu. Kungfu dibagi lagi menjadi beberapa jenis, salah satunya adalah wing chun. Di Indonesia, terdapat pula berbagai jenis ilmu beladiri. Pencak silat merupakan salah satu ilmu beladiri yang populer di Indonesia. Jenis pencak silat yang tersebar di seluruh Indonesia salah satunya adalah Merpati Putih. Berbeda dengan Cina, jenis beladiri seperti Merpati Putih ini juga merupakan sebuah perguruan beladiri. Tidak hanya penyebutan dan penggolongannya saja yang berbeda, seni beladiri Cina dan Indonesia juga memiliki perbedaan-perbedaan yang lain seperti jurus dan gerakan. Berangkat dari masalah tersebut, maka ditelitilah perbandingan-perbandingan yang terdapat pada kungfu wing chun dan Pencak Silat Merpati Putih, sehingga pada hasil penelitian nanti ditemukanlah perbedaan gerakan serta fungsi pada kedua cabang ilmu beladiri tersebut. Gerakan dan fungsi pada penelitian ini mengacu pada perguruan wing chun di kota Malang bernama Logical Wing Chun dan perguruan Merpati Putih Indonesia.

**Kata Kunci:** seni beladiri, pencak silat, wing chun.

## PENDAHULUAN

Latihan jasmani maupun gerak tubuh merupakan salah satu hal yang digemari karena dinilai penting dan merupakan cara yang efektif untuk mempertahankan diri dari serangan orang lain maupun makhluk lain. Mujahir (2007:57) mengatakan bahwa latihan jasmani merupakan kemampuan tubuh melakukan adaptasi terhadap kinerja fisik yang diberikan tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Dapat dipahami bahwa setiap orang membutuhkan kesehatan jasmani yang baik agar dapat melakukan segala aktifitasnya secara efektif dan efisien tanpa mengalami kelelahan yang berarti.

Kristiyanto (2013:1) menyatakan bahwa membangun suatu sistem olahraga berarti membangun sebuah peradaban masyarakat yang menegdepankan unsur objektifitas, sportifitas, dan kompetitif guna melengkapi dinamika masyarakat. Dapat dipahami bahwa olahraga merupakan salah satu aspek penting untuk meningkatkan kualitas masyarakat itu sendiri.

Di samping kesehatan jasmani, manusia juga dibekali akal untuk mengembangkan dirinya. Dengan akal ini, manusia bisa memilih cara yang tepat untuk mempertahankan dan meloloskan diri dari bahaya. Salah satu cara yang digunakan manusia dalam mempertahankan diri adalah dengan olahraga beladiri. Olahraga beladiri atau seni beladiri dalam gerakannya mengandung unsur kekuatan, kecepatan, ketangkasan, ketepatan, keindahan dan bersifat terpusat.

Seni beladiri Cina dengan Indonesia berbeda. Di Cina, terdapat beberapa jenis beladiri seperti kungfu, kemudian kungfu terbagi menjadi beberapa jenis lagi seperti wing chun dan wushu. Terdapat pula perguruan-perguruan yang khusus mempelajari jenis-jenis beladiri yang sudah ada. Indonesia juga memiliki berbagai jenis seni beladiri, contohnya adalah pencak silat. Namun, yang membedakan beladiri Indonesia dengan Cina adalah jenis pencak silatnya juga merupakan perguruan, contohnya adalah jenis pencak silat Merpati Putih yang juga merupakan sebuah perguruan.

Haryo (2006:26) menyatakan:

Kungfu Cina yang diilhami oleh Bodhi Dharma atau Dharma Taishi merupakan akar dari ilmu beladiri seperti *Yoshin;ry Jujutsu*, *Fukuno-ry Jujutsu*, *Shinden Fujiwara-ryu*, Hapkido, Judo, Aikido, Modern Karate dan masih banyak lagi. Kungfu adalah salah satu budaya tradisional negara Cina

yang gerakannya mengandung unsur beladiri, berguna bagi kesehatan, sekaligus gerak seni yang dilakukan dengan dua jenis bentuk gerak, yaitu gerak tarung dan gerak jurus.

Lumbantoruan (2013:1) pun menyatakan bahwa Kungfu bukan hanya seni beladiri yang efektif untuk kesehatan dan vitalitas, juga efektif dalam mencapai kebahagiaan spritual seseorang. Dari kedua pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa Kungfu merupakan salah satu budaya tradisional Tiongkok yang bermanfaat bagi kesehatan, jasmani dan merupakan beladiri yang cukup efektif sehingga penyebaran Kungfu semakin luas.

Kungfu memiliki sejarah panjang dan merupakan ilmu beladiri yang ketat, teruji dan efektif sejak 5.000 tahun yang lalu, bersamaan dengan munculnya aliran kepercayaan *Dao* (Taoisme) yang kemudian berkembang sampai sekarang. Berbagai aliran Kungfu yang melegenda hingga saat ini berawal dari Kuil Shaolin *Siaw Liem Sie* atau *Siu Lam*. Secara umum, Kungfu memiliki 100 lebih aliran dari berbagai macam tingkat kesulitan dan jenisnya. Salah satu aliran yang masih populer hingga sekarang yaitu Wing Chun.

Kusuma (2012:7) menjelaskan:

Wing Chun adalah salah satu seni beladiri China (Kungfu) yang sangat populer di dunia, terutama setelah diperkenalkan oleh Bruce Lee (aktor film Kungfu) pada tahun 70-an dengan gerakan yang efisien dan efektif. Pada masa itu, demam Wing Chun tidak hanya dirasakan di Asia, dimana Wing Chun berasal, tapi menyebar dengan cepat ke Amerika dan dataran Eropa.

Wing Chun mulai dikenal di Indonesia sejak kemunculan film IP MAN yang dirilis sekitar tahun 2008 dan mulai marak di Indonesia pada tahun 2009. Film ini mampu menyedot perhatian masyarakat Indonesia dari berbagai kalangan dan usia. Terdapat sebuah perguruan Wing Chun di Indonesia, yaitu Logical Wing Chun, yang berlokasi di Malang, Jawa Timur. Perguruan ini didirikan pada tahun 1999. Pada perguruan ini mengajarkan beberapa jurus, salah satunya jurus 小念头 *xiǎo niàntou/Siu Nim Tao*. Jurus ini merupakan jurus dasar yang wajib dipelajari dalam mempelajari wing chun.

Tetapi, Indonesia juga memiliki ilmu beladiri yang khas, yaitu Pencak Silat. Menurut Kriswanto (2015:13) "Pencak Silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina, dan dikembangkan." Dalam Pencak Silat, terdapat beberapa perguruan yang mengajarkan berbagai macam aliran dari perkembangan Pencak Silat itu sendiri. Sejarah lahirnya Pencak Silat tidak diketahui secara pasti, namun beladiri Pencak Silat kemungkinan sudah ada di Indonesia sejak peradaban manusia dimulai.

Notosoejitno (1999:4) menyatakan:

Perkembangan sejarah Pencak Silat dapat dibagi menjadi dua jaman: (1) Jaman Pra-Sejarah, dan (2) Jaman Sejarah, yang dibagi menjadi lima yaitu: (a) Jaman Kerajaan-Kerajaan, (b) Jaman Kerajaan Islam, (c) Jaman Penjajahan Belanda, (d) Jaman Penjajahan Jepang, dan (e) Jaman Kemerdekaan.

Pengertian aliran Pencak Silat menurut Kriswanto (2015:22):

Aliran Pencak Silat adalah gaya Pencak Silat yang diajarkan, dianut, dan dipraktekkan oleh suatu perguruan. Ada perguruan yang mengajarkan satu aliran Pencak Silat yang sama, ada juga yang mengajarkan gabungan (kombinasi) dari berbagai aliran, baik domestik maupun campuran domestik dengan asing.

Indonesia memiliki beragam jenis dan perguruan Pencak Silat, diantaranya Merpati Putih, Perisai Diri, Tapak Suci, dan lain-lain. Perguruan-perguruan tersebut memiliki perbedaan, tetapi memiliki tujuan dan pedoman yang sama dalam pengajarannya. Teknik-teknik dasar yang diajarkan hampir di seluruh perguruan diantaranya kuda-kuda, serangan, dan lain-lain.

Salah satu perguruan Pencak Silat di Indonesia adalah perguruan Merpati Putih, yang didirikan oleh Poerwoto Hadi Poernomo dan Budi Santoso Hadi Poernomo pada tanggal 2 April 1963 di Yogyakarta dan merupakan salah satu perguruan yang masih aktif di Indonesia. Perguruan Merpati Putih hingga saat ini sudah melebarkan sayap menjadi salah satu perguruan Pencak Silat Indonesia yang diakui keberadaannya oleh dunia Internasional. Merpati Putih berarti *Mersudi Patitising Tindak Pusakane Titising Hening* yang artinya "Mencari sampai mendapat kebenaran dengan ketenangan". Dalam perguruan Merpati Putih terdapat beberapa gerakan Merpati Putih, salah satunya adalah olah pernapasan.

Adapun beberapa perumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu (1) apa persamaan dan perbedaan Kungfu Wing Chun dengan Pencak Silat Merpati Putih ditinjau dari gerakannya?; dan (2) apa persamaan dan perbedaan Kungfu Wing Chun dengan Pencak Silat Merpati Putih ditinjau dari fungsinya?. Penelitian ini memiliki beberapa tujuan, yaitu untuk mengetahui persamaan dan perbedaan gerakan Kungfu Wing Chun dengan Pencak Silat Merpati Putih; dan untuk mengetahui persamaan dan perbedaan fungsi Kungfu Wing Chun dengan Pencak Silat Merpati Putih. Kemudian, manfaat dari penelitian ini, yaitu (1) penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan baru, yaitu mengenai perbandingan gerakan, filosofi dan fungsi yang terkandung dalam Kungfu Wing Chun dan Pencak Silat Merpati Putih; (2) dapat menjadi bahan rujukan bagi penelitian berikutnya; dan (3) dapat menjadi tambahan ilmu pengetahuan serta bermanfaat bagi seluruh civitas akademik.

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis Penelitian**

Hasan (2002:1) menjelaskan, "Metode penelitian adalah tata cara bagaimana suatu penelitian dilaksanakan." Metode penelitian merupakan cara yang digunakan untuk mengumpulkan data, dengan metode penelitian inilah peneliti dapat mencapai tujuan penelitian.

Setyobudi (2015:5) menjelaskan, "Metode deskriptif melakukan analisis hanya sampai pada taraf deskripsi, yaitu menganalisis dan menyajikan fakta secara sistematis sehingga dapat lebih mudah dipahami dan disimpulkan." Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan sesuatu secara sistematis, fakta yang akurat dan memiliki karakter menonjol mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif yang menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan dan menjelaskan secara deskriptif.

## B. Sumber Data

Hasan (2002:82) mengemukakan, "Data merupakan keterangan-keterangan tentang suatu hal, dapat berupa sesuatu yang diketahui atau yang dianggap atau anggapan." Menurut Kaelan dalam Ibrahim (2015:67), "Sumber data itu adalah mereka yang disebut narasumber, informan, partisipan, teman dan guru dalam penelitian." Ada dua macam data, yaitu data primer dan sekunder.

Ibrahim (2015:69) menyatakan, "Dalam penelitian kualitatif, sumber data utama (primer) itu adalah kata-kata dan tindakan orang yang diamati atau diwawancarai." Ia juga mengatakan bahwa sumber data tambahan (sekunder) adalah segala macam bentuk dokumen, baik dalam bentuk tertulis maupun foto atau sumber data kedua setelah sumber data primer.

Penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder, yaitu:

1. Hasil pengamatan lapang serta foto yang menggambarkan gerakan kungfu wing chun di perguruan Logical Wing Chun Djoan Tjio Academy, Kota Malang;
2. Hasil pengamatan lapang serta foto yang menggambarkan gerakan pencak silat merpati putih di Kolat (Kelompok Latihan) Merpati Putih SMA Negeri 3 Kota Sukabumi;
3. Studi pustaka dari penelitian terdahulu serta data tertulis masing-masing objek penelitian

## C. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi partisipatif dan dokumentasi.

### 1. Observasi

Satori dalam Ibrahim (2015:81) menyatakan, "Dalam penelitian kualitatif, observasi dapat dipahami sebagai pengamatan langsung terhadap objek, untuk mengetahui kebenaran, situasi, kondisi, konteks, ruang, serta maknanya dalam upaya pengumpulan data suatu penelitian." Dari pernyataan tersebut dapat

disimpulkan bahwa observasi dilakukan untuk mengetahui data dan fakta yang lebih akurat dan terpercaya karena disaksikan secara langsung.

Bogdan dalam Ibrahim (2015:83) menyatakan, "Observasi partisipatif adalah teknik pengumpulan data penelitian yang bercirikan interaksi sosial yang memakan waktu cukup lama antara peneliti dengan subjek dan lingkungan alamiahnya."

Teknik observasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan observasi partisipatif, yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara berpartisipasi atau terlibat langsung dalam situasi objek yang diteliti. Langkah-langkah yang dilakukan untuk pengumpulan data:

- a. Mengikuti latihan;
- b. Mencatat materi yang disampaikan;
- c. Mengambil dokumentasi;
- d. Mempelajari sumber-sumber data lainnya.

## 2. Studi Dokumen

Sugiyono (2012:240) menyatakan, "Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya monumental dari seseorang." Dalam penelitian kualitatif, studi dokumen merupakan pelengkap dari metode observasi partisipatif. Penelitian ini menggunakan foto sebagai pendukung data observasi.

## D. Teknik Analisis Data

Bogdan dalam Sugiyono (2012:244) menyatakan, "Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami dan temuan dapat diinformasikan kepada orang lain." Analisis data akan dilakukan dengan memilih dan mengolah data penting untuk dipelajari lebih lanjut, menghubungkan data dan kemudian menarik kesimpulan agar

dapat dituangkan dalam laporan penelitian. Langkah-langkah untuk menganalisis data, yaitu:

- a. Menganalisis rangkaian jurus dan gerakan dari masing-masing objek penelitian;
- b. Menganalisis fungsi masing-masing objek penelitian;
- c. Menarik kesimpulan dan hasil analisis;
- d. Menuliskan dalam laporan penelitian.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan observasi, ditemukanlah gerakan yang terkandung dalam rangkaian jurus 小念头 *xiǎo niàntou/Siu Nim Taopada* Kungfu Wing Chun dan olah pernapasan pada Pencak Silat Merpati Putih.

### A. Jurus 小念头 *xiǎo niàntou/Siu Nim Taopada* Kungfu Wing Chun

Rangkaian jurus 小念头 *xiǎo niàntou/Siu Nim Taodiartikan* sebagai ide kecil, memusatkan segala pikiran atau mengecilkan segala pikiran dari luar diri, fokus pada materi yang dipelajari secara maksimal, merupakan rangkaian jurus yang paling mendasar.

Berikut adalah rangkaian jurus 小念头 *xiǎoniàntou/Siu Nim Tao*:

#### 1. 圈手 *quānshǒu/ Huen Sao*:

Putaran pergelangan tangan dengan memutar pergelangan tangan ke arah dalam dan telapak tangan membuka. Berfungsi sebagai pembelokatau pengalih serangan lawan, menggunakan gerbang ke tiga (mengeluarkan atau mengalihkan serangan lawan).

2. 猎手 *lìeshǒu* / *Lap Sao*:

Gerakan menutup telapak tangan dengan jari atau gerakan mence ngkeram. Berfungsi sebagai pengontrol tangan atau kaki lawan dan mengalihkan pada sisi luar tubuh.

3. 收拳 *shōuquán* / *Sau Kuen*:

Mengayunkan gerbang pertama dengan melipat gerbang ke dua dan mengg enggam jari tangan. Genggaman berada tepat di sisi dada (posisi ketiak rapat, genggaman sejajar dengan dada). Berfungsi sebagai pukulan belakang dengan menggunakan siku.

4. 二字钳羊马 *èrzìqiányángmǎ* / *Yi Ji Kim Yeung Ma*:

Gerakan ini disebut dengan kuda-kuda atau dua kuda-kuda yang membentuk kaki kambing. Kedua jari tangan menggenggam dan diletakkan tepat di bawah ketiak sejajar dada, dengan posisi ketiakrapat. Lutut dilipat hingga membentuk sudut 135°. Kaki dibuka selebar bahu, ujung jari kaki berada di sisi dalam dan tumit berada di sisi luar. Fungsi gerakan ini yaitu sebagai penyeimbang tubuh dan pertahanan. Ketika mendapat serangan, kaki dapat bebas bergerak dengan cepat namun tidak mudah dijatuhkan lawan. Tumpuan berada di kaki bagian depan atau ujung jari kaki.

5. 双滚手 *shuāngǔnshǒu* / *Shuang Gum Sao*:

Kedua tangan diturunkan perlahan dengan telapak tangan terbuka menuju pertahanan bawah (baik kanan, kiri, depan maupun belakang), ketika sasaran telah dekat, tangan dengan cepat dihentakkan. Berfungsi sebagai pertahanan bawah dengan menggunakan ke dua tangan.

6. 双摊手 *shuāngtānshǒu* / *Shuang Tan Sao*:

Menahan dengan kedua tangan. Kedua tangan didorong lurus ke depan posisi telapak tangan membuka ke atas, siku masuk (sejajar atau lurus *center line*

pertama, ulu hati), tangan membentuk 135°. Berfungsi sebagai pembelok atau pengalihserangan lawandan pertahanan bagian depan tubuh.

7. 日字冲拳 *rìzìchōngquán* / *Yat Ji Kuen*:

Merupakan satu pukulan mengepal lurus. Gerakan ini dilakukan dengan menggunakan gerbang lanjutan ke dua (ruas jari tangan bagian tengah). Untuk memaksimalkan gerakan dapat dilakukan dengan melakukan *one inch power* (tenaga dikeluarkan secara maksimal ketika mendekati sasaran). Berfungsi sebagai penyerang bagian atas tubuh, seperti ulu hati.

8. 摊手 *tānshǒu* / *Tan Sao*:

Tangan didorong lurus ke depan posisi telapak tangan membuka ke atas, siku masuk (sejajar atau lurus *center line* pertama, ulu hati), tangan membentuk 135°. Berfungsi sebagai pertahanan bagian depan tubuh.

9. 护手 *hùshǒu* / *Wu Sao*:

Tangan di depan dada membentuk 135°, posisi telapak tangan vertikal, siku sejajar dengan *center line* pertama (ulu hati). Berfungsi sebagai penyeimbang tubuh.

10. 伏手 *fúshǒu* / *Fook Sao*:

Telapak tangan menghadap dada dengan posisi horizontal (ibu jari di atas empat jari lainnya), dorong ke depan hingga pergelangantangan membentuk 90° dengan siku sejajar dengan *center line* (ulu hati). Berfungsi sebagai pengontrol tangan musuh supaya tetap pada jangkauan serangan.

11. 拍手 *pāishǒu* / *Pak Sao*:

Telapak tangan membuka, vertikal sejajardengan *center line* pertama (ulu hati), dorong menuju bahu. Berfungsi sebagai pertahanan yang menggunakan pangkal telapak tangan, dari dalam ke arah luar tubuh.

12. 正掌 *zhèngzhǎng* / *Jing Cheung*:

Telapak tangan membuka, dengan posisi vertikal didorong ke arah dagu lawan dengan menggunakan pangkal telapak tangan. Berfungsi sebagai penyerang, fokus pada area wajah.

13. 滾手 *gǔnshǒu* / *Gum Sao*:

Tangan diturunkan perlahan dengan telapak tangan terbuka menuju pertahanan bawah (baik kanan, kiri, depan maupun belakang), ketika sasaran telah dekat, tangan dengan cepat dihentakkan. Berfungsi sebagai pertahanan bawah.

14. 拦手 *lánshǒu* / *Lan Sao*:

Ditumpunya telapak tangan kiri dengan siku kanan, punggung tangan kanan dengan siku kiri dan melipat ke dua siku. Posisi telapak tangan membuka menghadap bawah. Berfungsi sebagai pengontrol bagian sisi tubuh lawan dan pembelok atau pengalih serangan.

15. 拂手 *fúshǒu* / *Fak Sao*:

Merentangkan ke dua tangan atau salah satu tangan dengan lurus dan cepat, telapak tangan membuka dan posisi jari manis di atas jari-jari lain. Sasaran menuju leher lawan. Berfungsi sebagai penyerang jakun dan leher bagian atas.

16. 枕手 *zhénshǒu* / *Jum Sao*:

Ke dua telapak tangan berhadapan di depan badan, siku membentuk 135°. Hentakkan ke dua tangan sejajar dada (membentuk 90° dengan telapak tangan saling berhadapan). Berfungsi sebagai pembelok atau pengalih serangan lawan ke arah bawah.

17. 托手 *tuōshǒu* / *Tok Sao*:

Ke dua tangan berada di depan badan, telapak tangan terbukamenghadap atas membentuk 135°. Hentakan ke atah atas, maksimal hentakan sejajar dengan bahu. Berfungsi membuka pertahanan ulu hati lawan atau pengalih serangan lawan menuju sisi atas tubuh.

18. 窒手 *zhìshǒu* / *Jut Sao*:

Ke dua tangan lurus ke depan membentuk 135°. Punggung tangan berhadapan maksimal dengan jari tangan membuka. Ke dua siku di tarik sambil dihentak menuju ulu hati atau dada (dengan posisi siku dipersempit, otomatis telapak tangan menghadap ke bawah). Berfungsi sebagai pengontrol serangan lawan ke sisi dalam atau bawah sehingga dapat meluncurkan serangan lanjutan dan sebagai alat pengejut.

19. 標手 *biāoshǒu* / *Biu Sao*:

Ke dua tangan berada di depan badan, telapak tangan membuka menghadap bawah dengan sudut 135°. Hentak menuju leher atau mata lawan dengan menggunakan tiga ujung jari (telunjuk, tengah dan manis) atau dengan menggunakan gerbang ke dua. Berfungsi sebagai pengontrol, pertahanan juga penyerang area leher dan mata lawan.

20. 噤手 *jīnshǒu* / *Gaun Sao*:

Tangan berada di depan badan sejajar bahu, telapak tangan terbuka vertikal, gerbang ke satu diputar, tangan menuju sisi bawah hingga sejajar pinggang, tanpa melipat gerbang ke dua (siku). Berfungsi sebagai pengalihan serangan lawan yang diarahkan pada ulu hati menuju sisi bawah.

21. 顶手 *dǐngshǒu* / *Tie Sao*:

Ke dua tangan berada di depan badan sejajar dengan pinggang dengan telapak tangan menghadap ke bawah. Tangan ditarik ke atas maksimal hingga sejajar dada dengan telapak tangan menghadap bawah. Berfungsi sebagai pertahanan sisi atas tubuh dan serangan dengan menggunakan punggung tangan.

22. 横掌 *héngzhǎng* / *Waan Cheung*:

Tangan berada di depan badan membentuk 135°, telapak tangan dibuka menghadap atas. Hentakkan tangan menuju sisi kanan atau kiri leher lawan dengan menggunakan sisi luar tangan (kelingking hingga pergelangan tangan). Berfungsi sebagai penyerang menggunakan sisi luar tangan, sasaran sisi kanan atau kiri leher lawan.

23. 耕手 *gēngshǒu* / *Gan Sao*:

Putar gerbang dua ke dalam hingga berada di depan badan dengan membentuk 135°. Tangan berada di depan paha atau sisi luar paha dengan telapak tangan terbuka. Berfungsi pengalih serangan lawan yang tertuju pada *center line* ke dua (bagian bawah tubuh) dan mengalihkan ke luar tubuh.

24. 搵手 *kǔnshǒu* / *Kao sao*:

Putaran tangan pada gerbang ke dua dan tiga atau gerakan seluruh bagian tangan dengan hentakan. Berfungsi sebagai pengalihan serangan lawan (mengeluarkan serangan dengan menggunakan gerbang ke dua dan tiga) dan perantara untuk meluncurkan serangan lanjutan.

25. 打下门 *dàxiàmén* / *Ju Cheng*:

Telapak tangan membuka, dengan posisi horizontal didorong ke arah *than tian* (bawah pusar) dan ulu hati lawan dengan menggunakan pangkal telapak tangan. Berfungsi sebagai penyerang, fokus pada area *than tian* (bawah pusar) dan ulu hati.

26. 膀手 *bāngshǒu* / *Bong Sao*:

Biasa disebut dengan tangan yang menyerupai sayap. Tangan berada di depan badan dengan membentuk 90° ke arah dalam tubuh (siku dilipat 90°). Pergelangan tangan dilipat 90°. Berfungsi sebagai pertahanan dan pembuka pertahanan atas lawan.

27. 削手 *xuēshǒu* / *Ce Zhi Kuen*:

Tangan kiri (membentuk sudut 135°) di depan tangan kanan (membentuk sudut 90°) telapak tangan membuka vertikal. Punggung tangan kanan diletakkan di atas siku kiri bagian dalam. Punggung tangan kanan digerakkan menuju sisi luar dengan posisi tetap menempel pada lengan, ketika sampai di pergelangan tangan, tangan kanan diputar menggantikan tangan kiri. Tangan kiri menggantikan posisi tangan kanan (tangan kiri berada di belakang tangan kanan, tepat di depan dada). Berfungsi sebagai pertahanan lengan, dengan melepaskan genggaman lawan yang berada di lengan bawah.

28. 补手 *bǔshǒu* / *Lin Wan Kuen*:

Pukulan dengan menggunakan genggaman tangan yang dilontarkan beruntun ke arah lawan. Posisi siku dan putaran pukulan selalu lurus dengan ulu hati. Berfungsi sebagai pertahanan dan serangan pada ulu hati.

#### B. Gerakan Olah Napas dari Pencak Silat Merpati Putih

Dalam olah pernapasan Pencak Silat Merpati Putih atau biasa disebut dengan teknik tata pernapasan, terdapat 2 rangkaian yaitu rangkaian stamina dan rangkaian tenaga. Rangkaian stamina adalah rangkaian yang bertujuan untuk mempersiapkan fisik pembelajar secara fisiologis dan psikis, agar dapat melaksanakan kegiatan latihan secara maksimal. Sedangkan, rangkaian tenaga adalah rangkaian gerak yang bertujuan meningkatkan kemampuan pembelajar untuk memahami bagaimana cara mengolah, membina, menguatkan, menyembuhkan kekuatan diri sendiri agar sewaktu-waktu siap menggunakan kekuatannya untuk bertarung.

Rangkaian tenaga dibagi ke dalam 4 bagian senam pernapasan, antara lain (1) senam pernapasan pengolahan, (2) senam pernapasan pembinaan, (3) senam pernapasan pengerasan tangan, dan (4) senam pernapasan penyembuhan. Dalam penelitian ini, fokus peneliti adalah rangkaian tenaga bagian senam pernapasan pengolahan.

Senam pernapasan pengolahan memiliki 14 bentuk gerakan yang dilakukan secara berurutan sesuai dengan urutan gerakan. Ke 14 bentuk gerakan ini tidak diberi nama khusus, biasanya cara membedakan gerakan satu dengan gerakan lain disebut sesuai urutannya, seperti: gerakan ke-1, gerakan ke-2, gerakan ke-3, begitu seterusnya sampai gerakan ke-14.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil analisis, dalam penelitian ini disimpulkan bahwa terdapat 28 rangkaian gerakan dari jurus 小念头 *xiǎo niàntou/Siu Nim Tao* pada Kungfu Wing Chun. Setiap rangkaian tersebut memiliki nama masing-masing gerakan. Rangkaian ini merupakan rangkaian paling mendasar pada sistem Logical Wing Chun Djoan Tjio Academy. Masing-masing rangkaian jurus memiliki fungsi yang berbeda, dalam satu jurus ada yang memiliki satu fungsi, dua fungsi, bahkan ada pula yang memiliki tiga fungsi sekaligus. Rangkaian jurus ini menekankan pada keterampilan pertahanan dan keterampilan penyerangan. Terdapat 9 fungsi pertahanan dan 9 fungsi penyerang, 8 fungsi pembelok atau pengalih, 5 fungsi pengontrol dan 2 fungsi penyeimbang. Kunci dari pembelajaran rangkaian jurus ini terletak pada pengosongan pikiran yang berasal dari dalam dan luar diri, latihan rutin, pembiasaan sikap tenang, menghayati setiap jurus dan pembiasaan jurus secara tepat (selalu membiasakan menjaga *center line*, akurasi waktu yang tepat dan dalam posisi siaga). Sementara itu, pada Pencak Silat Merpati Putih hanya terdapat 2 rangkaian dari gerakan olah napas. Rangkaian tersebut terbagi menjadi rangkaian stamina dan rangkaian tenaga. Rangkaian yang dibandingkan dengan rangkaian gerakan Kungfu Wing Chun adalah rangkaian tenaga. Rangkaian tersebut lebih memfokuskan pada pengolahan, pembinaan, penguatan serta penyembuhan bagi kekuratan diri. Pada Pencak Silat Merpati Putih, rangkaian yang sudah ada dibagi lagi ke dalam 4 bagian senam pernapasan, yaitu senam pernapasan pengolahan, senam pernapasan pembinaan, senam pernapasan pengerasan tangan dan senam pernapasan penyembuhan. Barulah pada bagian-bagian tersebut terdiri dari

ISSN: 2580-6009 (daring) 0854-817X (cetak) Jurnal Puitika Volume 15 No. 1, April 2019  
beberapa gerakan. Pada senam pernapasan pengolahan sendiri, gerakan tersebut terbagi menjadi 14 gerakan. Jika dibandingkan dengan, dapat disimpulkan bahwa jika dilihat dari gerakannya, maka gerakan Pencak Silat Merpati Putih lebih rumit daripada Kungfu Wing Chun, namun apabila dilihat dari fungsinya, Kungfu Wing Chun memiliki fungsi yang lebih spesifik yang dapat diperoleh dari setiap rangkaian gerakannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Haryo, B. (2006). *Teknik Jujutsu dan Judo untuk Pembelaan Diri*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Hasan, M. I. (2002). *Pokok-pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Ibrahim. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Kristiyanto, A. (2013). *Riset Futuristik Keolahragaan*. Jakarta: Visi Aulia Jaya.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak Silat*. Bantul: Pustaka Baru Press.
- Kusuma, M. (2012). *Teknik dan Kunci Dasar Wing Chun Tradisional Ip Man*. Jakarta: Visi Aulia Jaya.
- Lumbantoruan, B. (2013). *Upaya Meningkatkan VO2 Maks Melalui Metode Latihan Interval Training Pada Atlet Putra Perguruan Kung-Fu Naga Sakti Sasana Unimed Kategori Sabuk Kuning Senior Tahun 2013*. Medan: UNIMED Press.
- Maryono, O. (2000). *Pencak Silat, Merentang Waktu*. Yogyakarta: Yayasan Galang.
- Mujahir, M. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMA Kelas X*. Jakarta: Erlangga.
- Nelson, J. M. (2001). *Latihan Beladiri Praktis*. Jakarta: Raja Grafindo Perkasa.
- Notosoejitno. (1999). *Sejarah Perkembangan Pencak Silat di Indonesia*. Jakarta: Humas PB IPSI.
- Setyobudi, I., & Daryanto. (2015). *Panduan Praktis Penelitian Ilmiah*. Yogyakarta: Gava Media.

Sugiyono, P. D. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suharso, & Retnoningsih, A. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Semarang: Widya Karya.