

DESKRIPSI CIPTAAN

**BUKU
PENCAK SILAT**



Oleh:

Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd, M.Kes

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2018**

REPUBLIC INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00201857626, 6 Desember 2018

Pencipta

Nama : **Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd, M.Kes**

Alamat : **Tlogo Lor RT 24 RW 07 Tlogo Prambanan , Klaten, Di Yogyakarta, 57454**

Kewarganegaraan : **Indonesia**

Pemegang Hak Cipta

Nama : **LPPM UNY**

Alamat : **Jalan Colombo No. 1 Karangmalang, Depok, Sleman, Di Yogyakarta, 55281**

Kewarganegaraan : **Indonesia**

Jenis Ciptaan : **Buku**

Judul Ciptaan : **Pencak Silat**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : **1 Agustus 2015, di Yogyakarta**

Jangka waktu perlindungan : **Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.**

Nomor pencatatan : **000127302**

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

DESKRIPSI CIPTAAN

- I. Pencipta :
1. Nama : Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd, M.Kes
 2. Kewarganegaraan : Indonesia
 3. Alamat : Tlogo Lor RT 24 RW 07 Tlogo Prambanan Klaten
Kode Pos 57454
 4. Telepon : -
 5. No. HP & E-mail : +6285 292666633
- II. Pemegang Hak Cipta :
1. Nama : LPPM UNY
 2. Kewarganegaraan : WNI
 3. Alamat : Jl. Colombo No. 1 Karangmalang Yogyakarta. 55281
 4. Telepon : (0274) 550839
 5. No. HP & E-mail : 081578848275, lppm@uny.ac.id/lppm.uny@gmail.com
- III. Jenis dari judul ciptaan yang dimohonkan : Buku dengan judul “ Pencak Silat”
- IV. Tanggal dan tempat di-umumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 1 Agustus 2015 di Yogyakarta
- V. Uraian ciptaan :
- Buku ini membahas mengenai sejarah dan perkembangan pencak silat mulai zaman kerajaan hingga kemerdekaan; pencak silat di Indonesia khususnya terkait pengertian, kaidah, aspek dalam pencak silat, perguruan, organisasi, makna lambang IPSI, manfaat pencak silat, seragam, dan Prasetya Pesilat; Buku ini juga membahas mengenai sikap Pencak Silat, Kuda-kuda dalam pencak silat, pembentukan gerakan, teknik-teknik dalam Pencak silat yang meliputi teknik serangan tangan, teknik serangan kaki dan teknik belaun dalam pencak silat. Selain itu juga dilengkapi tentang peraturan atau pengetahuan dasar tentang pertandingan dalam pencak silat.



PENCAK SILAT

Sejarah dan Perkembangan Pencak Silat
Teknik-Teknik dalam Pencak Silat
Pengetahuan Dasar Pertandingan Pencak Silat

Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd.,M.Kes.AIFO





PENCAK SILAT

Sejarah dan Perkembangan Pencak Silat
Teknik-Teknik dalam Pencak Silat
Pengetahuan Dasar Pertandingan Pencak Silat



Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes., AIFO.

Copyright © 2015 by Pustaka Baru Press
Perpustakaan Nasional RI : Katalog Dalam Terbitan (KDT)

PENCAK SILAT

ISBN : 978-602-72076-9-1

Cetakan Pertama : 1 – Yogyakarta, 2015
Rancang sampul : PAPER PLANE
Penyusun : Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes. AIFO.
Reviewer : Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes., AIFO.
Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd.
Penerbit : PUSTAKABARUPRESS
Alamat : Jl. Wonosari Km.6 Demblaksari Baturetno
Banguntapan Bantul Yogyakarta.
Telp. 0274 4353591 Fax. 0274 4438911
Pemasaran : PT. PUSTAKA BARU
: Jl. Wonosari Km.6 Demblaksari Baturetno
Banguntapan Bantul Yogyakarta.
Telp. 0274 4353591 Fax. 0274 4438911

SARAN DAN MASUKAN UNTUK PROSES PERBAIKAN
e-mail : pustakabarupress_redaksi@yahoo.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.

All rights reserved.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran Pasal 72 UU Nomor 19 Tahun 2002 tentang Hak Cipta

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 ayat (1) atau pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara paling sedikit 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah) atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum sesuatu ciptaan barang atau hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1), dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/ atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Pencak silat adalah bela diri asli dari Indonesia. Teknik-teknik yang digunakan dalam pencak silat sangatlah beranekaragam. Namun, penulis berusaha untuk membahasnya dengan bahasa yang mudah dipahami. Buku ini akan membahas sejarah dan perkembangan pencak silat di Indonesia, teknik-teknik yang digunakan, dan pengetahuan tentang pertandingan yang belum banyak diketahui pembaca.

Penulis menyadari banyak pihak yang turut serta baik secara langsung maupun tidak langsung memberikan bantuan baik moral maupun material kepada penulis. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu hingga selesainya penulisan buku ini. Kepada semua pembaca, penulis mohon kritik dan saran demi pengembangan isi buku ini ke depannya. Semoga buku ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dalam menambah wawasan dan pengetahuan tentang pencak silat.

Yogyakarta

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
BAB 1 SEJARAH DAN PERKEMBANGAN PENCAK SILAT	
A. Perkembangan pada Zaman Kerajaan	1
B. Perkembangan pada Zaman Penjajahan Belanda ...	2
C. Perkembangan pada Pendudukan Jepang	3
D. Perkembangan pada Zaman Kemerdekaan	4
BAB 2 PENCAK SILAT DI INDONESIA	
A. Pengertian	13
B. Kaidah Pencak Silat	19
C. Hakikat Pencak Silat.....	19
D. Aspek Pencak Silat.....	20
E. Perguruan Pencak Silat.....	22
F. Organisasi Pencak Silat.....	24
G. Makna Lambang IPSI	25
H. Manfaat Pendidikan Pencak Silat	26
I. Seragam Pencak Silat.....	27
J. Sistem Sabuk dalam Pencak Silat	28
K. Prasetya Pesilat Indonesia	29
L. Prasetya Pesilat Seluruh Dunia	30
BAB 3 SIKAP PENCAK SILAT	
A. Sikap Hormat	31
B. Sikap Tegak	32
C. Sikap Duduk.....	34
D. Sikap Pasang.....	37
BAB 4 KUDA-KUDA PENCAK SILAT	
A. Kuda-Kuda Tengah.....	44
B. Kuda-Kuda Samping.....	44
C. Kuda-Kuda Depan	45
D. Kuda-Kuda Belakang	46
E. Kuda-Kuda Silang	46
F. Kuda-Kuda Khusus	47

BAB 5 PEMBENTUKAN GERAKAN	
A. Arah	49
B. Cara Melangkah	54
C. Langkah dan Posisi	56
D. Bentuk/Pola Langkah	56
BAB 6 TEKNIK-TEKNIK SERANGAN TANGAN PENCAK SILAT	
A. Pukulan Lurus	60
B. Pukulan Sangkal atau Pukulan Bandul	60
C. Tebasan	61
D. Tebangan.....	62
E. Sangga	63
F. Tampan	64
G. Kepret	65
H. Tusukan	66
I. Totokan	67
J. Patukan	68
K. Dobrakan	69
L. Sikuan	69
BAB 7 TEKNIK-TEKNIK SERANGAN KAKI PENCAK SILAT	
A. Tendangan lurus	71
B. Tendangan Jejang	72
C. Tendangan T	73
D. Tendangan Belakang	73
E. Tendangan Sabit	74
F. Sapuan	75
G. Guntingan	75
BAB 8 TEKNIK-TEKNIK BELAAN PENCAK SILAT	
A. Belaen Dasar	78
B. Belaen Lanjutan	96
BAB 9 PENGETAHUAN DASAR PERTANDINGAN PENCAK SILAT	
A. Penggolongan Pertandingan dan Ketentuan tentang Umur	118
B. Kategori Tanding	118
C. Kategori Tunggal	132
D. Kategori Ganda	137
E. Kategori Regu	143
F. Perlengkapan Gelanggang dan Pertandingan	146
DAFTAR PUSTAKA	153