



## TEKNIK BANTINGAN PADA PERGURUAN SILAT TADJIMALELA

**Dewi Arimbi, Jaeni, Monita Precillia**

*Jurusan Teater Fakultas Seni Pertunjukan*

*Institut Seni Budaya Indonesia Bandung*

*Jl. Buah Batu No.212, Cijagra, Kec. Lengkong, Kota Bandung, Jawa Barat 40265*

*Email: dewiarimbi1203@gmail.com, jaenibwastap@gmail.com, monitaprecillia96@gmail.com*

### **Abstrak**

Bantingan merupakan teknik serangan jarak dekat dengan menangkap salah satu komponen tubuh lawan lalu mendorong atau menarik, kemudian dihempaskan. Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara dan dokumentasi. Teknik pemeriksaan keabsahan data menggunakan triangulasi data dari pelatih dan peserta didik. Hasil yang didapatkan adalah terdapat tiga teknik bantingan dari silat Tadjimalela, yaitu bantingan depan, bantingan belakang dan lemparan samping.

**Kata Kunci:** Perguruan Silat Tadjimalela, *Athletes*, Teknik Bantingan

### **Abstract**

*The throw is a close range attack technique by capturing one of the opponent's body components then pushing or pulling, then being blown away. This research is a research that uses a qualitative descriptive method. Data collection techniques in this study by means of interviews and documentation. The data validity checking technique uses data triangulation from trainers and students. The results obtained are that there are three slam techniques from silat Tadjimalela, namely the front slam, the back slam and the side throw.*

**Keywords:** Perguruan Silat Tadjimalela, Slam Technique



## PENDAHULUAN

Teknik bantingan merupakan salah satu teknik serangan jarak dekat dengan cara menangkap salah satu komponen tubuh lawan lalu mendorong atau menarik komponen tubuh lawan tersebut, kemudian dihempaskan sekaligus dengan cepat. Teknik bantingan umumnya digunakan pada saat pertandingan tetapi selain itu teknik bantingan juga bisa dimanfaatkan dalam seni pertunjukan. Penelitian ini berfokus kepada teknik bantingan oleh Perguruan Silat Tadjimalela. Pada zaman dahulu, tidak semua daerah di Indonesia menggunakan istilah pencak silat untuk merujuk kepada suatu aktivitas bela diri. Pencak adalah gerak serang membela diri berupa tarian dan irama dengan peraturan (adat kesopanan), dan dapat dijadikan sebagai pertunjuk. Silat adalah intisari pencak, sedangkan untuk berkelahi atau membela diri bukan lagi pertunjukan. Jadi, istilah 'pencak silat' secara harfi'ah berarti 'bertarung dengan seni'.

Jika dilihat dalam pandangan seni, pencak silat dapat divisualisasikan sebagai rangkaian variasi gerak berpola yang efektif, indah, dan sesuai dengan mekanisme tubuh sebagai manifestasi keluhuran budi, yang dapat digunakan untuk pembelaan diri, sebagai hiburan, serta menjamin kesegaran dan ketangkasan jasmani. Pencak silat pada hakikatnya adalah substansi dan sarana pendidikan rohani dan jasmani untuk membentuk manusia tangkas yang mampu menghayati dan mengamalkan nilai-nilai moral masyarakat yang luhur (Ediyono & Widodo, 2019).

Tadjimalela merupakan salah satu perguruan pencak silat dari Kota Bandung. Perguruan Pencak Silat Tadjimalela didirikan tanggal 4 agustus 1974 oleh Raden Djajat Koesoemah Dinata atau lebih populer dengan nama Kang Djadajat Paramour. Nama Tadjimalela diambil

dari nama seorang Raja/Prabu asal kerajaan Sumedang Larang, Jawa Barat yang dimana Kang Djajat memiliki korelasi silsilah dengan keluarga prabu tersebut. Selain itu nama Tadjimalela didapatkan dari proses tafakur serta munajat kehadirat Allah SWT. Silat Tadjimalela berawal dari ketidakpuasan Kang Djadajat dalam belajar ilmu silat, ketika itu hanya diberikan oleh guru pencak silat, sementara beliau menghendaki jurus-jurus mudah yang dapat dipakai bila terjadi perkelahian.

Oleh sebab itu Pencak Silat Tadjimalela menuju pada tiga potensi untuk dikembangkan, yaitu olah pikir, olah motilitas, serta olah rasa dalam rangka memaknai kehidupan. Untuk mencapai tujuan, Kang Djadajat sering mendatangi daerah pertapaan dan saat itu Kang Djadajat meninggalkan tempat rumahnya selama empat hari. Sesampai pada tempat rumah, Kang Djadajat tidak mampu berbicara. Setelah hari keempat beliau ada di rumah barulah menceritakan semua kejadian saat beliau bertapa pada kakaknya, R. Iyan Koesoema Hadinata. Beliau mulai mengajarkan beberapa jurus untuk teman-teman serta tetangga terdekat pada daerah Jl. Dulatip, Bandung. Setelah merasa matang dalam jurus-jurusnya, barulah terpikir olehnya untuk mendirikan sebuah perguruan silat. Saat didirikan, terdapat tujuh orang yang diklaim menjadi murid pertama, mereka dijuluki PASUS (Pasukan khusus).

Penelitian menjelaskan Teknik Bantingan dari Perguruan Silat Tadjimalela dalam seni sertunjukan yaitu saat demonstrasi *recruitment* yang diselenggarakan oleh Perguruan Silat Tadjimalela. Penelitian ini akan menjabarkan dari segi seni pertunjukannya karena silat merupakan salah satu identitas budaya Indonesia yang perlu dipertahankan dan terus dilestarikan. Silat salah satu bentuk identitas seni beladiri Nusantara mengandung pendidikan yang berkembang dalam



masyarakat. Dalam dunia modern, silat bukan hanya sebagai alat seni bela diri tetapi berkembang menjadi sebuah upaya memelihara kesehatan melalui olahraga. Silat berfungsi juga sebagai sarana pendidikan jasmani dan rohani melalui proses tahapan pendidikan berjenjang secara formal melalui peraturan yang dibuat masing-masing perguruan silat.

Identitas merupakan bagian dari kebudayaan dan lingkungan sosial yang dapat bergeser sesuai dinamika kehidupan masyarakat. Identitas berkembang berdasarkan ruang dan waktu setiap generasi dalam dunia kehidupan sehari-hari yang berasal dari pikiran dan tindakan manusia dan berkembang menjadi praktek nyata. Pendidikan jasmani dan rohani yang ditanamkan melalui silat membentuk karakter bangsa yang tangguh, kuat dan berbudi luhur dan berkembang menjadi watak identitas bangsa. Tuntutan dunia modern, peran silat berkembang selain untuk menjaga diri juga menjadi salah satu sarana dalam upaya pemeliharaan kesehatan melalui bidang olahraga sehingga keseimbangan jasmani dan rohani merupakan salah satu jalan dalam meningkatkan produktivitas masyarakat (Mardotillah & Zein, 2017). Tidak hanya dalam silat, identitas dalam sebuah karya seni juga terbentuk dari lingkungan dan kehidupan sehari-hari. Kebiasaan-kebiasaan yang diperoleh manusia dan lingkungan sosialnya dapat dikatakan salah satu faktor utama dalam membangun identitas seseorang (Erwin Mardiansyah, 2021).

Selanjutnya, sebagai seni pencak silat merupakan perwujudan dari kebudayaan yang direalisasikan dalam berbagai bentuk gerak dan irama. Gerak-gerak ini memiliki makna dan diselingi dengan irama-irama yang disesuaikan dengan gerak-gerak yang dilakukan. Diberbagai daerah di Indonesia,

gerakan-gerakan tersebut dipertunjukkan pada setiap acara seperti acara pembukaan ataupun peresmian kegiatan, acara pernikahan dan juga dipertontonkan dimuka umum dengan berbagai maksud dan tujuan. Salah satunya adalah mengenalkan pencak silat itu sendiri dan juga sebagai hiburan masyarakat (Saputro & Siswantoyo, 2018).

Memperkenalkan pencak silat dalam sebuah kegiatan kepada masyarakat tentunya harus melihat dalam sisi pertunjukannya juga. dimana, sisi keindahan dan ketertarikan masyarakat terhadap seni pencak silat merupakan salah satu faktor pelestarian pencak silat di masyarakat. Pertunjukan pencak silat dilakukan dengan kostum/pakaian silat lengkap. Pakaian merupakan suatu identitas dari perguruan tersebut serta memiliki banyak fungsi; fungsi personal berkaitan dengan pemenuhan kepuasan jiwa pribadi dan minat individu, fungsi sosial berhubungan dengan tujuan sosial dan budaya, dan fungsi fisik merupakan fungsi atau kegunaan dari pakaian itu sendiri (Monita Precillia, 2022).

## KAJIAN TEORI

### 1. Pencak Silat

Pencak silat merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia, yang sudah diterima oleh masyarakat internasional. Pencak silat telah diterima secara luas sebagai bagian dari salah satu olahraga modern. Konsekuensi logisnya adalah pencak silat dipelajari dan ditekuni oleh masyarakat secara luas (Baehaki et al., 2021).

### 2. Teknik Bantingan

Teknik bantingan adalah teknik dalam pencak silat yang memiliki nilai terbesar. Bantingan dianggap berhasil jika ada belaan atau tangkapan yang benar dan berhasil menjatuhkan lawan, maka dari itu teknik tangkapan menjadi penting untuk dipelajari.



(Syamsiyah et al., 2020).

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif analisis. Objek penelitian yang dipilih adalah "teknik bantingan" dari Perguruan Silat Tadjimalela yang ditampilkan dalam acara demonstrasi. Untuk lokasi penelitian ini berada di SMAN 17 Kota Bandung yang juga menjadi tempat latihan siswa-siswi di sekolah tersebut yang bergabung dalam Perguruan Silat Tadjimalela.

Peneliti mendapatkan sumber data dari narasumber yaitu pelatih yang bernama Aji Jakaria dan anak didiknya yang terlibat dalam dumber, yaitu Asyifi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan cara wawancara dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk mengetahui taraf kemampuan dan teknik sebagai acuan pelatihan. Metode dokumentasi yang dilakukan berupa foto teknik bantingan dan rekaman suara pelatih.

Tahap selanjutnya adalah analisis data. Analisis data dilakukan melalui proses mengumpulkan data, mereduksi data, menyajikan data, serta menarik kesimpulan. Tahap selanjutnya adalah validasi data untuk mendapatkan data yang kredibilitas. Selanjutnya sumber-sumber data tersebut harus melalui pengecekan menggunakan teknik pemeriksaan keabsahan data. Teknik pengumpulan data dengan menggabungkan berbagai teknik dan sumber yang ada (Sugiyono, 2017). Maka dari itu sumber data dalam penelitian ini memerlukan pengecekan data yang telah diberikan oleh Pelatih dan anak didiknya dari Perguruan Silat Tadjimalela dengan tujuan untuk mengetahui data tersebut apakah sudah sesuai dengan yang diberikan.

## PEMBAHASAN DAN HASIL

### 1. Sejarah Perguruan Silat *Tadjimalela*

Sejarah adalah sebuah cermin yang dapat menentukan arah. Untuk memahami hari ini, perlu dilakukan penelusuran secara historis untuk mendapatkan alasan dan jawaban tentang hari ini dan masa depan (Irianto, 2021: 144). Sejarah dari Perguruan Silat Tadjimalela dibermula ketika R. Djadhat Koesoemah Dinata (Djadhat Paramour) mendirikan Perguruan Silat Tadjimalela pada tanggal 4 Agustus 1974., nama Tadjimalela diambil dari salah satu nama seorang Raja/Prabu Kerajaan Sumedang Larang, Jawa Barat dengan alasan karena menurut silsilah, R. Djadhat Koesoemah Dinata masih ada hubungan dengan raja Sumedang Larang tersebut maka dari itu nama Tadjimalela dia gunakan sebagai nama Perguruan yang ia dirikan tersebut. Selanjutnya, nama Tadjimalela diperoleh melalui proses meditasi dan penyembahan hadirat Allah SWT.

Berawal dari ketidakpuasan Djadhat dalam belajar silat, pada waktu itu ia hanya menerima ilmu ibing dari seorang guru pencak, ketika ia menginginkan jurus-jurus praktis yang dapat digunakan dalam pertarungan, oleh karena itu ia wajib mencari lebih dari yang diperolehnya. Hal lain yang mendorongnya untuk datang dan belajar pencak silat adalah ketertarikannya melihat perkembangan pencak silat asing yang sedang digemari saat itu. Sementara pencak silat yang merupakan warisan nenek moyang suku bangsa Indonesia seolah terasingkan dan tidak mendapat perhatian dari pemerintah dan organisasi. Hal ini memunculkan cita-cita untuk menjadi guru silat yang terkenal dan menempa pencak silat yang setara atau lebih unggul dari beladiri asing yang berkembang khususnya di Jawa Barat.

Cita-cita dan keinginan mereka begitu kuat sehingga mereka sering mengunjungi tempat-tempat suci atau angker. Beberapa saat sebelum matahari terbenam, Djadhat mencapai hutan



tutupan Sancang di Garut Selatan. Melewati pintu masuk hutan yang tertutup, saya bertemu dengan seorang nenek-nenek yang melarang untuk melanjutkan perjalanan saya. Tapi tekad Djajat yang kuat membuat dia terus maju ke tempat yang dia masuki. Namun sebelumnya, seorang wanita tua mengusap wajah Djajat. Suasana hari yang mulai gelap sedikit demi sedikit menjadi cerah, dengan hewan-hewan liar seperti ular berkepala manusia dan harimau yang seolah tidak menyadari kedatangan Djajat.

Perjalanan berakhir di gubuk reyot, sesampainya kang Djajat di gubuk itu ada lelaki tua yang menyapanya dalam bahasa Sunda. “Naon anu ku maneh diteangan geus aya di imah, ayeunamah geura balik. Lamun hayang panggih jeung aki, baca wae ieu!”. (Apa yang kamu cari selama ini sudah ada di rumah sekarang pulang). Jika ingin bertemu, baca saja ini), sambil mengeluarkan sebuah pedang yang berwarna emas dengan tulisan Arab yang berbunyi “Laa ilaaha illallahu Muhammadur Rasulullah”. Djadajat diperintah lelaki tua itu untuk menutup mata lalu Djajat menurut dan ketika dia membuka matanya lagi, dia menemukan dirinya di jalan raya Garut-Bandung.

Djadajat pergi dari rumah selama empat hari, sesampainya di rumah, Djajat terkejut dan tidak bisa berbicara. Setelah empat hari kemudian, dia baru bisa menceritakan seluruh kejadian itu kepada saudaranya R. Iyan Koesoemah Dinata.

Saya biasa berlatih di depan cermin ketika saya kembali dari mengembara. Dia juga mulai mengajari teman-teman dan tetangga terdekatnya. Setelah merasa matang dengan jurus-jurusnya, ide untuk mendirikan Perguruan Silat pun datang padanya. Ia menunaikan shalat malam, bersemangat dan memohon kepada Allah SWT untuk mendapat

petunjuk nama Perguruan Silat yang dia dirikan tersebut. Pada akhirnya, ia mendapat petunjuk untuk memberi nama Perguruan silatnya yaitu 'TADJIMALELA'. Dengan dukungan keempat kakak laki-lakinya, Perguruan Silat Tadjimalela diluncurkan pada tanggal 14 Agustus 1974. Diluncurkan Perguruan Silat Tadjimalela untuk menghindari permasalahan atas nama Tadjimalela, R. Iyan Koesoemahdinata menjelaskan dalam Panca Darma Tadjimalela :  
*TA* : Taklukan nafsu jahat dalam diri  
*DJI* : Djiwa murni pangkal keluhuran budi  
*MA* : Mantapkan rasa penyerahan diri terhadap Tuhan

*LE* : Lekatkan keberanian ditaraf kebenaran  
*LA* : Lapangkan rasa kerendahan hati dimata kesombongan.

BURUNG GAGAK, lambang perguruan ini, adalah hewan peliharaan kakeknya yang bernama Tadjimalela. Dengan bantuan seorang paman bernama Cucu, seekor burung gagak hitam diciptakan siap untuk melakukan jurus pencak silat. Tujuh orang murid pertama kang Djajat (PASUS) yaitu Risman Setia Putra, Nang Martha, Bucu Budiman, Ahya, Dedi AR, Barli, dan Ook. Setelah wafatnya R. Djadajat Koesoemah Dinata, keanggotaan Perguruan Silat Tadjimalela berkembang pesat. Masih banyak persoalan organisasi yang belum terselesaikan. Jika R. Djadajat Koesoemah Dinata lebih banyak mengajarkan ilmu geraknya, maka penggantinya R. Iyan Koesoemah Dinata harus lebih menekankan pada pembinaan mental dan spiritual, setelah itu menjadi lengkap Perguruan Silat Tadjimalela ini tidak hanya mengajarkan ilmu olahraga saja tetapi mengajarkan juga ilmu batiniah. Ajaran spiritual yang diberikan oleh R. Djadajat Koesoemah Dinata kepada murid-muridnya (tidak semua murid mengambil pelajaran ini, tetapi terangkum dalam ajaran tujuh dimensi kehidupan). Sejak berdirinya perguruan ini pada tanggal 14 agustus 1974 di Bandung, dan ditetapkannya tujuh orang



PASUS sebagai angkatan pertama yang nantinya akan menjadi calon penerusnya, R. Djadjat Koesoemah Dinata juga memiliki murid lain yaitu Simon Kosasih, Tatang Dulatip, dan beberapa orang lagi.

Sejak didirikan hingga 1978, semua teknik dan gerakannya untuk bela raga. Pada tahun 1975, Perguruan Silat Tadjimalela resmi menjadi anggota Perguruan Silat Indonesia dalam naungan IPSI. Dan pada tahun 1976 melihat munculnya juara tingkat komunitas Bandung yaitu Dedi AR, diikuti dua tahun kemudian oleh juara kelompok pemuda (junior) baru yaitu Dani Wisnu, yang terus tampil di tingkat internasional. Sejak saat itu, Tadjimalela mulai dikenal luas, khususnya di Bandung.

Perguruan Silat Tadjimalela setelah bernaung dibawah IPSI, R. Djadjat Koesoemah Dinata membuat jurus-jurus yang tekniknya dapat digunakan dan sesuai dengan aturan yang berlaku pada bidang olahraga. Perpaduan ilmu silat yang diajarkan oleh R. Djadjat sebagai guru besar dan ilmu yang dikembangkan oleh murid-muridnya membuahakan hasil yang sangat mengejutkan. Dianggap sebagai perguruan silat baru pada saat itu, Perguruan Silat Tadjimalela mampu tampil sebagai juara umum dengan perolehan medali emas yang impresif pada kompetisi yang diadakan di kota Bandung. Ini terjadi pada tahun 1980 dan berlangsung hingga tahun 1999. Selain mengembangkan sistem latihan ilmu olahraga, perguruan menegaskan kita harus setia dengan menyusun kurikulum dan melakukan Ujian Kenaikan Tingkat.

Kang Djadjat ternyata tidak hanya seorang seniman bela diri, tetapi juga seorang musisi. Ia membuat album pada Januari 1987 dengan lagu "Karena Dia". Raden Djajat Koesoemah Dinata meninggal dunia pada tanggal 6 Juli 1995 dalam usia 50 tahun. Pesan yang dia sampaikan kepada generasi berikutnya

sebelum dia meninggal: "Tadjimalela Kudu Hirup Sarebu Taun Deui" atau "Tadjimalela harus hidup seribu tahun lagi".

## 2. Teknik Bantingan pada Perguruan Silat Tadjimalela

Pencak Silat adalah seni bela diri yang membantu melatih kedisiplinan, konsentrasi, perhatian dan kepekaan. Salah satu teknik pencak silat adalah teknik bantingan. Pencak adalah gerak serang membela diri berupa tarian dan irama dengan peraturan (adat kesopanan), dan dapat dijadikan sebagai pertunjuk. Silat adalah intisari pencak, sedangkan untuk berkelahi atau membela diri bukan lag pertunjukan. Jadi, istilah 'pencak silat' secara harfi'ah berarti 'bertarung dengan seni'. Dalam pandangan seni, pencak silat dapat divisualisasikan sebagai rangkaian variasi gerak berpola yang efektif, indah, dan sesuai dengan mekanisme tubuh sebagai manifestasi keluhuran budi, yang dapat digunakan untuk pembelaan diri, sebagai hiburan, serta menjamin kesegaran dan ketangkasan jasmani. Pencak silat pada hakikatnya adalah substansi dan sarana pendidikan rohani dan jasmani untuk membentuk manusia tangkas yang mampu menghayati dan mengamalkan nilai-nilai moral masyarakat yang luhur

Memukul adalah teknik serangan jarak dekat yang mengambil bagian tubuh lawan, mendorong atau menarik bagian tubuh lawan, dan melemparkannya dengan segera dan cepat. Tamparan biasanya digunakan dalam permainan, tetapi juga dapat digunakan dalam seni pertunjukan. Yang akan saya bahas dalam penelitian ini adalah teknik tendangan dalam seni pertunjukan di Perguruan Silat Tadjimalela.

Tentu saja, Pencak Silat mengharuskan Anda mempelajari teknik yang akan membantu Anda



melumpuhkan lawan Anda lagi. Secara umum teknik ini dimulai dengan teknik *catcher* dan dilanjutkan dengan teknik *pitcher*. Teknik dasar pencak silat ini saling terkait. Berdasarkan titik tumpunya, teknik *slam* Pencak Silat dapat dibagi menjadi empat teknik: *hip slam*, *foot slam*, *leg slam*, dan *back slam*.

Ada dua pejuang Silat dari faksi yang berbeda. Keduanya saling berhadapan dan menggunakan elemen ofensif dan defensif seperti menghindar, menyerang, dan menangkis untuk menyerang target yang diizinkan dan menjatuhkan musuh. Selain itu, petarung juga dapat menggunakan beberapa teknik dasar. Misalnya, teknologi sram.

## 2.1 Bantingan Depan



**Gambar 1.**

Latihan bantingan depan anggota Tadjimalela  
(Foto: Dewi Arimbi, 2022)

- 2.1.1 Meluruskan kuda-kuda dengan kuat.
- 2.1.2 Gerakkan ke depan dan tekuk sedikit.

- 2.1.3 Luruskan kaki belakang dan sejajarkan tumit kaki belakang dengan tumit kaki depan.
- 2.1.4 Letakkan tangan Anda di depan dada dalam posisi siap.
- 2.1.5 Jika lawan menyerang dengan teknik tendangan, tangan harus diposisikan sedemikian rupa untuk menangkap kaki lawan.
- 2.1.6 Letakkan berat badan Anda ke depan dan gunakan kekuatan lawan Anda dengan menarik kaki lawan Anda dan memutarinya ke belakang. Ini menempatkan beban sepenuhnya ke depan, sehingga arah ayunan Anda ke depan.

## 2.2 Teknik Bantingan Belakang



**Gambar 2.**

Latihan Bantingan Belakang  
(Foto: Dewi Arimbi, 2022)

- 2.2.1 Tempatkan satu sisi di depan dan tekuk sedikit.
- 2.2.2 Luruskan kaki belakang dan sejajarkan tumit kaki belakang dengan tumit kaki depan.
- 2.2.3 Letakkan tangan Anda di depan dada dalam posisi siap.



- 2.2.4 Jika lawan menyerang dengan teknik tendangan, tangan harus diposisikan sedemikian rupa untuk menangkap kaki lawan.
- 2.2.5 Ketika lawan menyerang dengan tendangan kaki kiri, geser kaki Anda dan tangkap kaki lawan dengan tangan kanan Anda. Kemudian dengan penuh semangat letakkan kaki kiri di atas tumpuan lawan.
- 2.2.6 Tangan kiri dalam posisi meraih, mengangkat dan menjatuhkan lawan.

### 2.3 Teknik Lempar Samping



**Gambar 3.**

Latihan Bantingan Samping  
(Foto: Dewi Arimbi, 2022)

- 2.3.1 Berdiri dengan mantap dan tegak.
- 2.3.2 Gerakkan ke depan dan tekuk sedikit.
- 2.3.3 Luruskan kaki belakang dan sejajarkan tumit kaki belakang dengan tumit kaki depan.
- 2.3.4 Letakkan tangan Anda di depan dada dalam posisi siap.
- 2.3.5 Tangan harus siap menangkap kaki lawan jika lawan menyerang menggunakan teknik tendangan.

- 2.3.6 Melakukan tendangan dengan cara meraih kaki lawan, menarik kaki lawan agar menyingkir, dan membawa kaki kanan ke belakang kaki kiri lawan. Kemudian, tendang lawan Anda dengan kaki kiri di belakang Anda.

### KESIMPULAN

Seni bela diri pencak silat dikenal di Indonesia, Malaysia, Brunei, Singapura, Filipina selatan dan Thailand selatan, sesuai dengan sebaran suku bangsa yang berbeda di Indonesia. Istilah "pencak" yang saat ini sedang berkembang lebih menekankan pada unsur seni dan penampilan keindahan dalam gerakan, sedangkan "silat" adalah prinsip utama seni bela diri dalam pertempuran, dimaksudkan untuk melindungi diri.

Djaddat Koesoemahdinata (Djaddat Paramour) pada tanggal 4 Agustus 1974 mendirikan perguruan silat *Tadjimalela*, nama *Tadjimalela* diambil dari salah satu nama seorang Raja/Prabu Kerajaan Sumedang Larang, Jawa Barat. Perguruan silat *Tadjimalela* memiliki Panca Darma *Tadjimalela*, yang terdiri dari: Taklukan nafsu jahat dalam diri, jiwa murni pangkal keluhuran budi, mantapkan rasa penyerahan diri terhadap Tuhan, lekatkan keberanian ditaraf kebenaran dan lapangkan rasa kerendahan hati dimata kesombongan.

Teknik bantingan adalah salah satu teknik kunci dalam melumpuhkan lawan. Teknik bantingan juga merupakan teknik yang memiliki nilai tertinggi dalam laga (pertarungan) silat. Teknik bantingan merupakan teknik serangan jarak dekat dengan menangkap salah satu komponen tubuh lawan lalu mendorong atau menarik, kemudian di hempaskan Teknik bantingan terdiri dari tiga jenis teknik, yaitu bantingan depan, bantingan belakang dan lempar





samping. Ketiga teknik bantingan ini merupakan upaya serangan balik atas jurus lawan.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Baehaki, A. B., Aminudin, R., & Iqbal, R. (2021). Survei Minat Masyarakat terhadap Perkembangan Pencak Silat di Kabupaten Karawang. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 75. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i1.4188>
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami Makna Seni dalam Pencak Silat | Ediyono | Panggung. *Panggung*, 29(3), 300–313. <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/panggung/article/view/1014/638>
- Erwin Mardiansyah, M. P. (2021). PASIA MAIMBAU ( SEBUAH EKSPRESI TENTANG KEPUNAHAN IKAN BILIH ): VISUALISASI KERESAHAN ANAK NAGARI. *Jurnal Malakanganmalakangan*, 8(November 2021), 28–40. <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/malakangan/article/view/1795/1169>
- Hambali, S., Sundara, C., & Meirizal, Y. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Pplp Jawa Barat. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 74–82. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.8217>
- Irianto, Ikhsan Satria. "Visi Dramatik Soekarno Dalam Drama Rainbow: Poetri Kentjana Boelan." *Melayu Arts and Performance Journal* 4.2 (2021): 141-159.
- Mardotillah, M., & Zein, D. M. (2017). Silat : Identitas Budaya, Pendidikan, Seni Bela Diri, Pemeliharaan Kesehatan. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 18(2), 121. <https://doi.org/10.25077/jantro.v18.n2>
- Monita Precillia, atik J. (2022). FUNGSI PAKAIAN ADAT DEPATI DAN NINIK MAMAK KECAMATAN KUMUN DEBAI KOTA SUNGAI PENUH Monita Precillia, Atik Julisa. *Carano Seni*, 01, 31–45. <https://online-journal.unja.ac.id/gurindam/article/view/18690/13700>
- Precillia, M., & Darmadi, D. (2022). WOMEN'S STUDY ON RANDAI SI RABUANG AMEH, AS AN EXISTENCE OF RANDAI DEVELOPMENT IN MINANGKABAU. ... *Seni: Jurnal Ilmu ...*, 24(2). <http://journal.isi-padangpanjang.ac.id/index.php/Ekspresi/article/view/2256%0Ahttp://journal.isi-padangpanjang.ac.id/index.php/Ekspresi/article/download/2256/1070>
- Riani, A., & Purwanto, A. (2018). Ekstrakurikuler Pencak Silat Membangun Pendidikan Karakter pada Siswa Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Dan Diskusi Nasional Pendidikan Dasar*, 12–18. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/psdpd/article/download/9937/6522>
- Saputro, D. P., & Siswantoyo, S. (2018). Penyusunan norma tes fisik pencak silat remaja kategori tanding. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.21831/jk.v6i1.17724>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian Kuantitatif*. ALFABETA.
- Suryani, N., & Muslim, M. (2020). Upaya Pelestarian Silat Perisai Di Bangkinang Kabupaten Kampar Provinsi Riau. *Puitika*, 16(1), 48. <https://doi.org/10.25077/puitika.16.1.48--60.2020>