



PELESTARIAN
SILAT
MELAYU
antara warisan dengan amalan

Editor
Nazarudin Zainun
Mohamad Omar Bidin



Struktur Tubuh Pengamal Seni Silat Cekak Malaysia: Berdiri Lurus

Wan Ruzaini Wan Sulaiman • Ghazirah Mustapha
• Fazira Suriani Mohamed Fadzil

Pengenalan

Seni Silat Cekak Malaysia (SSCM) terkenal dengan keunikannya dalam melatih pengamalnya untuk bersedia menanti dan melancarkan serangan (jika perlu) dengan berdiri lurus. Pendirian ini walau bagaimanapun dipersoalkan dan dianggap lemah. Hal ini demikian, kerana sifat serangan atau pencerobohan oleh pihak lawan itu diyakini bersifat lebih kuat, tidak dapat diduga dan sangat pantas. Oleh yang demikian, keupayaan dan kelebihan berdiri lurus perlu disokong oleh hujah serta dapatan saintifik bagi menjadikan ia satu kenyataan yang berbentuk ilmiah dan terbukti kesahihannya. Maka, penulisan ini bertujuan menghimpun fakta saintifik berkaitan pengaruh berdiri lurus terhadap sistem tubuh manusia (sistem pernafasan dan sistem saraf), membincangkannya dan seterusnya menerbitkan hipotesis tentang kesannya terhadap pemikiran serta kecekapan tindak balas pengamal SSCM.

Kajian ini dijalankan dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang melibatkan empat fasa kajian iaitu:

1. fasa kajian kes
2. fasa penelitian dokumen
3. fasa interpretasi
4. fasa penerbitan hipotesis.