

ia ber *istiqoroh* kepada Allah SWT karena ia ingin mencari perguruan yang benar-benar terdapat unsur syariat Islam di dalamnya.

“Jika perguruan ini benar-benar memenuhi syariat-Mu tidak akan terganggu oleh siapa pun ketika saya berangkat dari rumah ke tempat tujuan” Begitu Do'a yang diucapkan oleh Ustad Siswo Utomo. Dan ketika ia berangkat dari rumah di perjalanan tak ada satupun orang yang mengganggu dan menyapa dia semakin kuat niatnya untuk bergabung di dalam perguruan Pencak Silat Pernafasan. Tahun 1992 Ustad Siswo Utomo mulai berdakwah melalui Perguruan Pencak silat Pernafasan “Walet Putih Nasional” dan di tahun berikutnya 1993 ia sudah mulai menerima anggota baru sendiri waktu itu masih menjadi dewan guru.

Perguruan Pencak Silat Pernafasan adalah Perguruan Pencak Silat yang menggabungkan olah gerak jurus, penempatan nafas dan sikap pasrah kepada Tuhan Yang Maha Kuasa untuk meningkatkan derajat kesehatan para anggotanya. Tubuh yang sakit diawali adanya tidak seimbangannya energi di dalam tubuh. Jurus-jurus PPsP WPN diyakini mampu menselaraskan energi tubuh, melalui pengolahan medan magnet tubuh, sehingga energi negatif yang berada di dalam tubuh si sakit akan tereliminasi dengan pengolahan energi positif tubuh. Begitu pun dengan energi negatif dari luar tidak akan mempengaruhi tubuh yang sudah terlatih.

Metode dakwah yang digunakan oleh Ustad Siswo Utomo adalah metode dakwah *bilhal* tindakan dakwah yang mengajak orang-orang agar menjadi sehat dan sembuh ketika memiliki penyakit dengan cara pasrah kepada Allah SWT, perguruan

- 1) Aura psikis (*Extra Sensory Perception*) dan
- 2) Aura fisik (*Adenosin Triphosphate*)

Keduanya saling melengkapi dengan sifat dan tujuan yang berlainan dan karena pembelaan diri mempunyai arti yang sangat luas, maka keseimbangan antara keduanya mutlak diperlukan dalam bela diri tenaga dalam dan secara umum tujuan bela diri tenaga dalam adalah untuk kesejahteraan fisik, emosi, mental, dan spiritual yang berintegrasi terus menerus antara satu dengan yang lainnya. Pengelolaan aura psikis (ESP) seperti yang telah banyak kita lihat pada perguruan-perguruan pernapasan lainnya hanya untuk mengantisipasi serangan-serangan yang sifatnya non-fisik (supranatural) atau serangan fisik yang telah dimasuki energi bergetaran spiritual tinggi. Telah menjadi rahasia umum saat ini bahwa serangan fisik tanpa atau perlawanan yang berarti dari tenaga ESP itu sendiri. Untuk itulah pengelolaan aura fisik (ATP) dan pengelolaan bela diri fisik (pencak silat) akan sangat efektif mengantisipasi kondisi seperti ini.

Pengolahan aura fisik (ATP) dibagi menjadi dua pengolahan yaitu *offensive* dan *defensive* pada dasarnya keduanya merupakan pengembangan dari pengolahan tenaga ESP dengan pola pernapasan yang berbeda. Jika dalam pengolahan tenaga ESP menggunakan *solarplexus* sebagai media untuk memanfaatkan rongga diafragma sebagai tempat produksi getaran listrik tinggi *offensive*. Sedangkan untuk *defensive* (kemampuan menerima benturan

dari benda-benda keras) tetap menggunakan *solarplexus* dengan pola pernapasan yang berbeda.

Medan magnet yang dihasilkan oleh pengolahan aura psikis ini sesuai dengan sifatnya, yaitu akan menolak besaran nonmateri apa pun yang tidak kita kehendaki . Contoh perlindungan terhadap nonmateri yang tidak kita kehendaki banyak kita jumpai pada kehidupan sehari-hari misalnya terhadap gangguan non-fisik (supranatural) atau serangan fisik dengan ebergi bergetaran spiritual tinggi perlindungan dari kecelakaan, bencana alam, dan penyakit istilah dari perlindungan di perguruan Walet Putih Nasional adalah memblokir diri agar terlindungi dari gangguan fisik maupun non fisik.

Sedangkan besaran nonmateri yang masuk (jika memang kita menghendaki) akan dapat kita manfaatkan sebagai pemicu sistem deteksi. Pengolahan tenaga ATP secara benar dan teratur memungkinkan seseorang dapat menyalurkan tenaga ATP ini ke bagian-bagian tubuh yang dikehendaki secara terkendali . Ia dapat menggunakan ESP sebagai transformatornya untuk menangkis atau menyerang lawan, konsentrasi, kecepatan, dan ketepatan pada sasaran yang dituju benda keras , seperti : balok es, besi beton, stang pompa, dragon, batu kali, kikir baja dan sebagainya.

Meski cenderung pada olahraga bela diri dengan sistem pengolahan yang dipakai melalui pernapasan murni faktor kesehatan baik fisik maupun psikis akan secara otomatis terkendalikan. Hal ini berdasarkan tinjauan dari

Jika diolah dengan gerak, olah nafas, dan pasrah atau dzikir kepada Allah itu untuk memperbesar medan magnet tubuh. Orang sakit medan magnet dan listrik tubuhnya rendah atau turun. Jika seseorang ingin mejadi sehat atau sembuh dari sakitnya maka diperlukan mengolah nafasnya, gerak dan pasrah melalui *dzikir* kepada Allah SWT. Manusia mempunyai tero Hemoglobin dalam tubuhnya bisa diperbesar magnet tubuhnya dengan olah tiga unsur bersamaan.

Misalnya besi yang belum menjadi magnet akan digosok dengan magnet yang sudah jadi, manusia sama seperti besi tetapi yang dimanfaatkan ialah medan magnet bumi karena itu telapak kaki selalu digesek ke bumi supaya medan magnet tubuh terbentuk. Nafas yang digunakan untuk memperbesar medan magnet dalam Perguruan Walet Putih Nasional disebut dengan nafas halus artinya nafas dihirup melalui hidung ditahan dibawah pusar setelelah selesai gerakan di hembuskan lewat hidung bersamaan dengan berdzikir melalui pikiran dan hati.

Di dalam perguruan ini ada sepuluh jurus untuk memperoleh medan magnet tubuh yang dipimpin oleh Ustadz Siswo Utomo, nafas halus ketika berlatih dilakukan di lapangan terbuka mencari oksigen maksimal. Gerakan tiga unsur bersamaan inilah yang menyembuhkan orang sakit seperti asam urat, asma berat, diabetes, struk, dan lain sebagainya.

Kemudian ada nafas fisik harus dilakukan di dalam ruangan tertutup, yang diolah nafas dada atau diafragma ditekan dengan keras caranya nafas dihisap dari hidung dihembuskan melalui mulut, olah nafas ini untuk memperbesar medan listrik, unsur kimia yang terdapat dalam tubuh disebut dengan ATP (*Adenosin Tri Phosphate*)

Teknik olah napas yang tepat dan benar meningkatkan metabolisme tubuh dan kadar oksigen dalam darah sehingga meningkatkan stamina dan daya tahan tubuh terhadap berbagai penyakit. Kalimat dzikir dan do'a yang diucapkan oleh hati meningkatkan kemampuan konsentrasi pikiran dan hati dalam mendekati diri kepada Allah, dalam jangka panjang kegiatan ini melatih untuk mengkonsentrasikan pikiran dan hati pada bacaan yang diucapkan oleh hati otomatis ketika menjalankan sholat akan menjalankan ibadah sholat menjadi khushyuk.

Latihan pernapasan dibagi menjadi tiga tahap yaitu pernapasan peregangan, pernafasan relaksasi, dan pernapasan konsentrasi. Pernapasan perenggangan dapat dilakukan pada gerakan senam biasa diikuti dengan membaca kalimat dzikir di dalam hati sedangkan pernapasan relaksasi dilakukan dengan menarik napas perlahan hingga memenuhi paru-paru, kemudian menghembuskan napas perlahan-lahan hingga paru-paru kosong sempurna sambil mengucapkan kalimat dzikir dan *do'a* di dalam hati. Pernapasan konsentrasi dilakukan dengan menarik napas dengan perlahan hingga paru-paru penuh kemudian menahan napas selama yang bisa

dilakukan, selanjutnya menghembuskan napas perlahan hingga paru-paru kosong sempurna dan tentunya sambil membaca kalimat dzikir dan *do'a*.

Pernapasan peregangan dilakukan dengan melakukan senam peregangan sambil mengatur napas sambil membaca dzikir di dalam hati, pernafasan perenggangan dilakukan sebagai pembukaan pelatihan pernapasan relaksasi dan pernapasan konsentrasi. Pernafasan perenggangan juga sangat baik dilakukan pada malam hari sebelum sholat tahajud, untuk melancarkan jalan darah, menghilangkan rasa kantuk dan memperbaiki metabolisme tubuh.

Ketika mengelolah napas dengan gerakan,olah napas, dan pasrah kepada Allah SWT rasakan energy yang akan mengalir di tulang punggung, dari otak besar menuju tulang ekor, aliran energi akan terasa mengalir atau melewati kedua tangan dari pundak sampai ke ujung jari-jari tangan. Energi yang ada di dalam diseluruh pembuluh darah semakin lama badan terasa semakin segar, karena ada peningkata sumplai oksigen di dalam darah. Hati dan fikiran konsentrasikan pada kalimat yang dibaca.

Dzikir napas yang akan digabungkan dengan teknik pernapasan yang betul atau disebut oleh ahli tasawuf sebagai zikir nafas, akan memberikan kesan yang lebih hebat. Imam ghazali pernah mengatakan zikir yang akan dilakukan oleh menahan nafas akan mempercepatkan proses penyucian hati (membakar mazhummah). Pernafasan yang betul akan memaksimumkan

penyerapan oksigen yang amat penting dalam kehidupan dan kesehatan manusia.

Dzikir napas adalah proses dzikir yang diikuti dengan irama naik turun nafas kita, kebanyakan para sufi dan wali menanamkannya zikir nafas karena mereka yakin bahwa setiap unsur diri kita harus melakukan dzikir. Sehingga dzikir tidak dilakukan dilisan dan qalb (zikir qauliah dan qalbiyah), tetapi nafas juga harus melalui dzikir, mata, telinga, dan kaki, semuanya harus melaksanakan dzikir. Para sufi membagi dzikir dalam ke dalam tiga jenis yakni :

- a. Dzikir lisan dilakukan oleh lidah.
- b. Dzikir khofy dilakukan oleh hati
- c. Dzikir nafas diikuti dengan pernafasan

Dzikir nafas bermanfaat demi ketenangan batin, keluasaan dada dan pencerahan fikiran jika diikuti dengan nafas maka dzikir tersebut akan mengalir diseluruh aliran darah dan disetiap detak jantung, selain itu dzikir dengan nafas juga membangkitkan energy murni (*inner power*) yang bermanfaat untuk pengobatan dan perlindungan (Blokir untuk seluruh anggota WPN). Menurut ketua dewan yaitu Ustadz Siswo Utomo dzikir nafas juga berimbas pada pengendalian emosi yang lebih positif dan pengendalian hawa nafsu. Di samping itu juga meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga

di dalam hati kepada Allah SWT agar setiap hari kita bisa berdzikir di fikiran di hati sehingga dapat terlindungi dari syaitan.

Gangguan kesehatan dapat disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal faktor internal misalnya pola hidup, pola makan yang negatif. Faktor eksternal misalnya lingkungan pergaulan, lingkungan tempat tinggal pada dasarnya penyakit timbul karena adanya ketidak seimbangan dalam tubuh manusia. Bakteri, virus dan organisme penyebab penyakit dapat tumbuh dan berkembang karena tubuh kita menyediakan sumber makanan yang berlimpah bagi mereka, utamanya saat daya tahan tubuh melemah. Walet Putih Nasional, sebagai organisasi Pencak silat Pernafasan, hadir untuk memberikan pelajaran dan pendalaman dalam pemanfaatan ilmu dan seni pernafasan yang kemudian menukan suatu formasi dan saripati keilmuan yang disebut sebagai jurus-jurus Walet Putih Nasional secara garis besar dapat dijelaskan bahwa yang dilatih atau diolah dalam perguruan ini adalah tiga unsur menjadi satu yaitu gerak, penempatan nafas, dan sikap pasrah ketiga unsur ini yang menjalankan fungsi tubuh yang berkaitan dengan biolistrik tubuh khususnya pada jarinagn otot dan syaraf.

Manusia sesungguhnya adalah tubuh dengan system biolistrik sel manusia terdiri bermiliar sel yang terjadi di setiap sel terjadi proses biokimia yang menghasilkan muatan listrik 90mv per sel, muatan listrik ini listrik ini antara lain dihasilkan pelepas phosphate dari ATP-ADP-AMP sehingga gangguan transfer listrik pada suatu organ tubuh dapat menyebabkan gejala

demikian akan menentukan “kuwalitas ruh” makhluk dimana ruh adalah penentu pertanggung jawaban makhluk dihadapan Allah SWT.

Salah satu manfaat paham ilmu agama adalah untuk mendapatkan energi dzikir dari udara dengan tingkat kepadatan molekul energi yang terdapat atau terbesar. Salah satu manfaat beriman (yakin dan percaya) adalah untuk memadatkan energi dzikir kedalam tubuh, salah satu manfaat taqwa (bersedia menjalankan perintah Allah dan menjauhi segala larangan-Nya) adalah untuk mengikat energi dzikir agar tidak mudah menguap atau hilang.

Bacaan dzikir merupakan kunci pintu masuknya energi dzikir kedalam tubuh, salah satu manfaat ikhlas adalah untuk memperlancar jalannya masuknya energi kedalam tubuh. Salah satu manfaat sabar adalah untuk memperbesar daya tampung tubuh pelaku dzikir terhadap energi dzikir yang masuk. Salah satu manfaat khusyuk (konsentrasi) adalah untuk mempercepat proses masuknya energi dzikir kedalam tubuh (pompa). Salah satu manfaat taubat adalah untuk mengeluarkan energy negatif dan energi kotor dari dalam tubuh pelaku dzikir.

Energi dzikir yang besar pada diri pelaku dzikir akan membentuk medan magnet positif atau daya Tarik positif, yang bermanfaat untuk menarik makhluk Allah yang lainnya untuk berpikiran positif terhadap si pelaku dzikir tersebut. Jadi jika ibadah atau dzikir kita sudah benar menurut *Allah (al-*

kenaikan tingkat, akan ada ujian sebelum mereka dinyatakan lulus untuk naik ke tingkat berikutnya. Terkadang jika ada yang tidak lulus maka dilakukan remidi lagi sampai energinya cukup untuk naik ke tingkat berikutnya. Sedangkan tes untuk seluruh anggota baru akan dilaksanakan dalam tiga hari. Hari pertama akan diajarkan jurus satu sampai jurus empat, di hari kedua mereka akan diajari gerakan jurus lima sampai sepuluh. Dan hari terakhir akan dilakukan diskusi kesan dan pesan para anggota dan Ustadz Siswo Utomo, juga dibuka sesi Tanya jawab dalam diskusi mengenai yang sesuatu hal yang berkaitan dengan agama setelah itu baru acara peresmian anggota baru yang dilakukan oleh Ustadz Siswo Utomo kepada para anggota baru Walet Putih Nasional.

Dan juga terkadang sesama anggota walet mengadakan tahlilan bersama anak-anak yatim ketika ada salah satu anggota meminta tolong dengan tujuan agar keluarganya bisa selalu dilindungi dari hal-hal yang jahat dan musuh-musuh yang jahat juga dengan cara tahlilan bersama-sama untuk tujuan yang baik.

6. Relevansi temuan dan teori

Dari penelitian diatas, peneliti ingin membandingkan dengan sebuah teori sosial menurut teori tindakan sosial Max Weber, teori tindakan sosial merupakan salah satu ide penting, tidak semua tindakan sosial harus diteliti dan layak dijadikan kajian sosiologi sebab hanya tindakan sosial bermakna

