

## BAB II

### TINJAUAN PROYEK

#### 2.1 Pengertian Beladiri dan Aikido

##### 2.1.1 Beladiri

Beladiri terdiri dari kata bela dan diri. Bela berarti menjaga baik-baik atau melepaskan dari bahaya, sedangkan diri berarti orang seorang. Definisi tersebut diuraikan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia. Kesimpulan dari definisi tersebut yaitu beladiri dapat diartikan sebagai tindakan untuk menjaga diri baik-baik atau melepaskan diri dari bahaya.

##### 2.1.2 Aikido



Gambar 2.1. Definisi Aikido

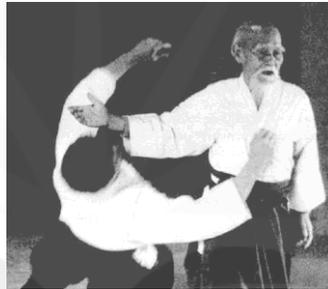
Sumber : [www.institutaikidoindonesia.com](http://www.institutaikidoindonesia.com)

Aikido berasal dari bahasa Jepang yang terdiri dari kata *ai*, *ki*, dan *do*. *Ai* berarti harmoni, keselarasan, atau penyatuan. *Ki* berarti spirit, semangat, atau energi hidup. *Do* berarti jalan. Kesimpulan dari definisi tersebut yaitu aikido berarti suatu jalan untuk menyelaraskan energi kehidupan. Aikido adalah perbaikan dari teknik beladiri tradisional Jepang yang digabungkan dengan filosofi agung mengenai roh atau jiwa. Yaitu dengan menempa jiwa dan raga. (Ueshiba & Ueshiba, 1997, p. 10)

Aikido adalah bentuk modern dari beladiri tradisional Jepang kuno. Beladiri tradisional kuno membutuhkan kemampuan untuk bertempur yang besar di mana orang jaman dahulu harus berjuang di medan perang dan bertahan hidup. Pada periode Tokugawa (1603-1868), beladiri menjadi sebuah *budo*, sebuah kepercayaan spiritual dalam seni beladiri. Namun *budo* kala itu tidak cocok dengan era modern setelahnya. Morihei Ueshiba ingin mengembangkan *budo* tersebut dari seni beladiri kuno dengan menggabungkan tubuh, pikiran, dan jiwa menjadi suatu bagian dengan energi secara universal yang disebut sebagai *Ki*.

## 2.2 Sejarah

### 2.2.1 Pendiri aikido



Gambar 2.2. Morihei Ueshiba

Sumber : [www.institutaikidoindonesia.com](http://www.institutaikidoindonesia.com)

Aikido didirikan oleh Morihei Ueshiba, yang lebih sering disebut sebagai *o'sensei*. Morihei Ueshiba lahir pada tanggal 14 Desember 1883. Beliau merupakan anak keempat dan satu-satunya anak laki-laki di keluarganya. Beliau tinggal bersama ayah dan ibunya, Yoroku dan Yuki, di daerah Prefektur Wakayama, Tanabe. Pada umur 8 tahun, Morihei Ueshiba memulai pembelajarannya mengenai Confucian Cina klasik dibimbing oleh pendeta Shingon (salah satu sekte Buddhis). Namun dirinya lebih tertarik akan ajaran Buddhis dan bermimpi menjadi pendeta Buddhis di kemudian hari. Ayahnya menganjurkan Morihei Ueshiba kecil untuk belajar renang dan sumo, mencegah keinginan anaknya untuk menjadi seorang pendeta.

Morihei Ueshiba menamatkan studinya di Yoshida Abacus Institute dan bekerja di kantor pajak Tanabe. Pada tahun 1902 beliau mengundurkan diri dari pekerjaannya karena merasa peraturan pajak sangat merugikan para petani dan nelayan, sehingga ia menjadi pemimpin dari gerakan protes terhadap peraturan pajak tersebut.

Setelah beliau keluar dari pekerjaannya, di tahun 1902 juga beliau pergi ke Tokyo dan menjadi pekerja swasta. Selama menetap di Tokyo, Morihei Ueshiba mempelajari jujutsu dan kenjutsu, yang beberapa diantaranya menjadi dasar filosofi kehidupan dalam aikido. Di tahun yang sama ia kembali lagi ke Tanabe dan menikah dengan Itokawa Hatsu, gadis yang dikenalnya semenjak kecil.

Setelah perang Sino-Japanese berakhir di tahun 1895, hubungan politik antara Jepang dan Rusia semakin dingin dan perang pun tidak terelakkan lagi. Pada tahun 1903 Morihei Ueshiba mendaftar menjadi tentara hingga menjadi Kopral di garis depan Manchuria. Beliau kembali ke Jepang dan naik pangkat menjadi sersan. Setelah mengundurkan diri dari kegiatannya menjadi tentara, beliau kembali ke Tanabe dan merubah kandang ternaknya menjadi *dojo* dan mengajak Takagi Kiyochi, seorang instruktur judo dan 9 untuk mengajarkan judo pada anaknya. Pada saat yang sama beliau menghadiri *dojo* milik Masakatsu Nakai untuk belajar yagyuryu jujutsu.

Pada bulan Maret 1912 beliau dan keluarganya berpindah ke Shirataki. Di sana beliau bertemu dengan Takeda Sokaku, master dari daitoryu aikijutsu, salah satu beladiri penting sebagai dasar Morihei Ueshiba mengembangkan beladiri aikido. (Mortensen)

### **2.2.2 Perkembangan Aikido di Jepang**

Pada 1919, ayah Morihei Ueshiba mengalami sakit keras. Beliau mendengar Onisaburo Deguchi, pemimpin salah satu ajaran agama Omotokyo tinggal di Ayabe. Morihei Ueshiba pergi mengunjungi Onisaburo Deguchi di Ayabe untuk mendoakan ayahnya. Namun ketika kembali ke

Tanabe, ayahnya meninggal. Beliau kemudian memutuskan untuk pindah ke Ayabe dan kehidupannya menjadi lebih religius di bawah bimbingan Onisaburo Deguchi. Saat tinggal di Ayabe, beliau mendirikan *dojo* pertamanya, yang mengajarkan daito-ryu aiki-jutsu.

Pada tahun 1925, Morihae Ueshiba semakin terkenal di Jepang. Pada tahun 1944, beliau membangun aiki *dojo* di Iwama. Beliau membangun *dojo* di tanah pertanian. Pada saat itu beliau mengubah nama aiki-budo menjadi aikido, yang berarti jalan menuju harmoni. Akibat perang, ilmu aikido pun tersebar ke seluruh dunia. Pada tanggal 22 November 1945 didirikan the *World Aikikai Foundation* yang diketuai oleh Kisshomaru Ueshiba, putra dari Morihei Ueshiba. Morihei Ueshiba meninggal pada tanggal 26 April 1969.

Kemudian berkembanglah beberapa afiliasi selain aikikai, seperti yoshinkan, tomiki, shodokan, dan shinshin toitsu. Tidak seperti aikikai yang dipimpin langsung oleh keturunan Morihei Ueshiba, afiliasi lainnya dipimpin oleh murid-murid dari Morihei Ueshiba. Masing-masing memiliki corak teknik dan kurikulum yang berbeda, namun secara garis besar prinsip utama dan filosofinya mengacu pada ajaran Morihei Ueshiba. (Mortensen)

### 2.2.3 Perkembangan Aikido di Indonesia



Gambar 2.3. Aikido Indonesia Aikikai

Sumber : [www.rgs-aikikai.blogspot.co.id](http://www.rgs-aikikai.blogspot.co.id)

Pada tahun 1960-an, banyak remaja Indonesia yang mendapatkan beasiswa untuk belajar ke luar negeri, termasuk Jepang. Jozef Izaak Poetiray dan Mansur Idam belajar di perguruan tinggi Jepang dan berkesempatan

mempelajari seni bela diri aikido. Setelah menyelesaikan studi, mereka mendirikan organisasi untuk menampung, mengkoordinir, dan membina kegiatan aikido di Indonesia. Ir.Jozef Izaak Poetiray, Ir. Mansur Idham, Robert Felix, J.M Prawira Widjaya, Ir. Gunawan Danurahardja, dan juga didukung oleh Dr. Dono Iskandar, Drs. Achmad Mahbub, Drs. Imam Kurnain, dan Gatot mendirikan Yayasan Indonesia Aikikai dengan akta notaris Winarti Lukman Widjaja.SH, nomor 49, tertanggal 28 Oktober 1983.

Pada tanggal 19 Juli 1986 dibuat Anggaran Rumah Tangga (ART) Yayasan Indonesia Aikikai agar koordinasi dan pelaksanaan organisasi Yayasan Indonesia Aikikai lebih terarah. Dalam ART tersebut disepakati adanya tiga fungsi, yaitu Badan Pendiri sebagai koordinator oleh Ir. Gunawan Danurahardja, Dewan Guru diketuai oleh Ir. Jozef Izaak Poetiray, dan Dewan Pengurus dimana Ir. Mansur Idham sebagai ketua umum. Dalam ART tersebut ditetapkan Watak Jiwa dan Semangat Aikido yang melandasi Yayasan Indonesia Aikikai, yaitu :

1. Aikido berpegang pada dasar disiplin yang teguh, tertib namun tidak kaku sesuai kebutuhan kehidupan di dalam masyarakat modern.
2. Aikido menolak menjadi sport yang dipertandingkan, bukan seni bela diri yang menekankan kepada kompetisi serta mengutamakan kemenangan, tidak menjadi alat politik.
3. Aikido menekankan pada latihan untuk mendisiplinkan diri sendiri, guna mengasah kepribadian dalam mencapai tujuan akhir untuk menjadi bebas dari dirinya sendiri, sebagai manusia seutuhnya.

Pada tahun 2001, muncul perundang-undangan baru yang mengatur tentang yayasan. YIA pada tahun 2008 merespon perubahan perundangan yang mengatur yayasan dengan memperbaharui badan hukumnya. Sesuai dengan amanah YIA lama maka YIA baru akan mendirikan Perguruan Indonesia Aikikai sebagai lembaga pelaksana untuk:

1. Melaksanakan pendidikan teknik dan mental Aikido secara teratur dan sistematis dan berpegang teguh pada ajaran Morihei Ueshiba.
2. Menyelenggarakan ujian kenaikan tingkat seni bela diri Aikido secara teratur dan menerbitkan ijazah kenaikan tingkat.
3. Menyelenggarakan peragaan Aikido secara periodik pada waktu dan tempat yang sesuai.
4. Mengadakan riset dan penelitian dan menerbitkan informasi serta karya tulis tentang Aikido, dan;
5. Mengkoordinir pembinaan Aikido di seluruh wilayah Negara Republik Indonesia.<sup>2</sup>

Selain organisasi Yayasan Indonesia Aikikai, berkembang organisasi lain yang masih berafiliasi ke Aikikai di Jepang seperti Keluarga Beladiri Aikido Indonesia, Intitut Aikido Indonesia, dan lain sebagainya. Albertus Nugroho, sekjen Yayasan Indonesia Aikikai (Dan4) mengatakan aikido akan sulit bergabung dengan Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) karena aikido tidak memiliki pertandingan tetapi murni sebuah seni beladiri. (Medan Bicara, 2015)

#### **2.2.4 Perkembangan Aikido di Yogyakarta**

Pada tahun 1990-an aikido mulai diperkenalkan di Yogyakarta. Laddy Lesmana, seorang dosen bahasa Perancis tertarik akan beladiri Jepang yang menarik seperti tarian tradisional odori. Beliau bersama dengan Haris Martono, Suyoto, dan Oerip Handoko merintis *dojo* aikido pertama di Sanggar Savitri, Kumetiran Kidul, Yogyakarta pada 1996.

Seiring dengan perkembangannya, *dojo-dojo* yang lain pun ikut berdiri seperti *dojo* Sanata Dharma, *dojo* Atma jaya, *dojo* UPN dan *dojo* Janti. Beberapa pelatih Jepang pernah memberi pelatihan di era tahun 1997 hingga

---

<sup>2</sup> <http://www.serbeladiri.blogspot.com> diakses 7 September 2015

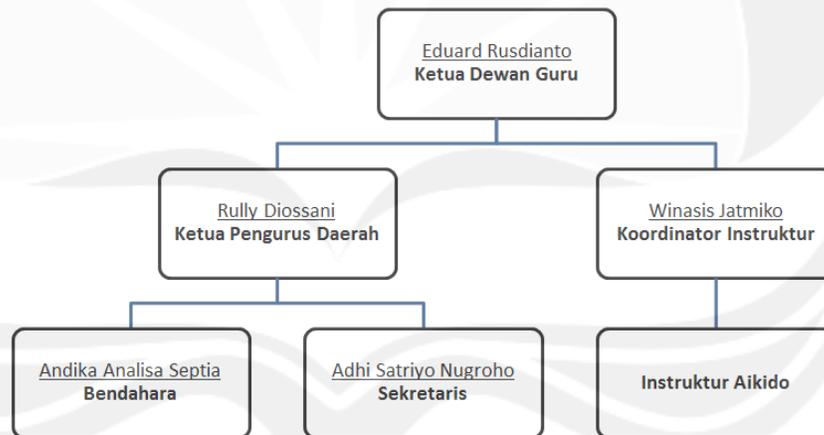
tahun 2000 seperti Shinji Maeda (kala itu *dan 3*), Atsushi Yahagi (kala itu *dan 3*) dan Satoru Shigekoshi (*dan 5*).



**Gambar 2.4. Aiki-Shidoukai**

Sumber : [www.aikidogja.com](http://www.aikidogja.com)

Seiring berjalannya waktu, beberapa bertahan dan berkembang, beberapa memilih jalur afiliasi (aliran) yang berbeda. Pada gambar 2.5. merupakan struktur organisasi dalam Aikishidoukai, dalam perkembangannya saat ini terdapat 26 instruktur yang terdaftar di bawah nama Aikishidoukai.



**Gambar 2.5. Struktur Organisasi Aikishidoukai**

Sumber : Survey Penulis, 2016

Badan Pengurus Daerah (BPD) Aikido Yogyakarta yang kini jadi dikenal sebagai Aikishidoukai yang tetap berafiliasi ke Indonesia Aikikai berdiri di tahun 2000. Saat ini tercatat 14 *dojo* resmi yang menjadi anggota di bawah nama Aikishidoukai Yogyakarta.<sup>3</sup>

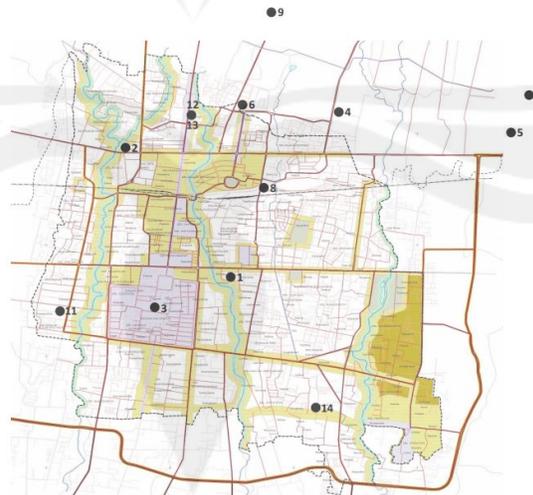
<sup>3</sup> <http://www.aikidogja.com/tentang-kami/> diakses 8 September 2015

**Tabel 2.1. Jadwal Latihan *Dojo* Aikido Aikikai di Yogyakarta**

No.	Nama Dojo	Jadwal latihan							Kids	Keterangan
		Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu		
1	Bintaran Wetan			x		x			x	
2	Kartika Dewi						x	x		
3	Sasono Hinggil			x		x				
4	Sanata Dharma	x			x					
5	Atma Jaya			x		x				
6	UGM	x				x				
7	Citta Samodda					x		x	x	
8	Suisen-Kan		x	x			x			
9	Bodhimanda		x		x				x	
10	Kagura	x			x					
11	Kansha	x			x					Khusus putra
12	SD Tumbuh									Khusus siswa
13	SMP Tumbuh									Khusus siswa
14	SMA BIAS									Khusus siswa

Sumber : <http://aikidogogja.com>

Tabel 2.1 menunjukkan *dojo-dojo* yang tersebar di Yogyakarta dan sekitarnya. Beberapa berlokasi di universitas (bagian dari unit kegiatan mahasiswa) atau menyewa tempat yang cukup luas untuk berlatih bersama. Ada beberapa *dojo* yang menyediakan jadwal khusus untuk *aikikids* (aikido untuk anak-anak) dan kelas khusus untuk wanita. Terdapat *dojo* khusus untuk putra serta *dojo* khusus untuk siswa yang bersekolah di lokasi tersebut. *Dojo* khusus tersebut tidak dapat diakses secara umum oleh masyarakat.



**Gambar 2.6. Peta Persebaran *Dojo* Aikido Aikikai di Yogyakarta**

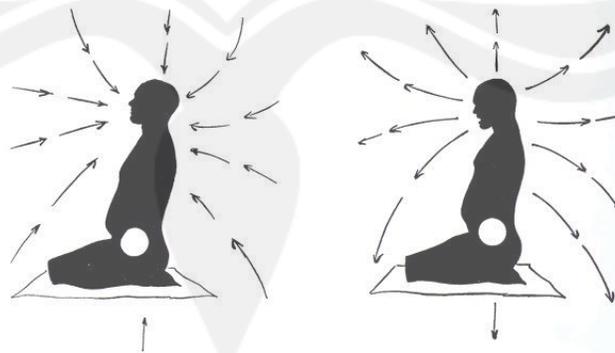
Sumber : Analisis Penulis, 2015

Gambar 2.6. menunjukkan lokasi dan sebaran *dojo* yang tertera pada tabel 2.1. Persebaran banyak di daerah utara Yogyakarta, sedangkan di bagian selatan masih sedikit.

### 2.3 Filosofi dalam Aikido

Filosofi berarti filsafat menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia. Filsafat berarti pengetahuan dan penyelidikan dengan akal budi mengenai segala yang ada, sebab, akal, dan hukumnya; juga disebut sebagai teori yang mendasari alam pikiran atau suatu kegiatan; serta ilmu yang berintikan logika, estetika, metafisika, dan epistemologi.

Filosofi dalam aikido berkaitan dengan bagaimana manusia dalam berselaras dengan alam. Morihei Ueshiba mengatakan tidak ada alasan untuk menentang alam. Manusia tidak kuat, ketika bertemu lawan yang lebih kuat manusia tidak akan bisa melawan. Manusia harus mengharmonisasikan *center*-nya dengan alam, supaya energi alam dapat mengalir ke dalam tubuhnya. Hal ini satu-satunya cara untuk menjadi lebih kuat. Morihei Ueshiba berpendapat bahwa menang dan kalah bukanlah *budo* (kepercayaan yang menjadi semangat bertarung) yang sebenarnya. *Budo* yang sebenarnya tidak terkalahkan. Tidak pernah terkalahkan berarti tidak pernah berperang.



**Gambar 2.7. Center pada Tubuh Manusia**

Sumber : [www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)

*Ki* dalam bahasa Jepang diartikan sebagai roh atau jiwa. *Ki* dihasilkan di *hara* atau *center*, berada 2 inci di bawah pusar, di dunia barat titik tersebut merupakan pusat dari gravitasi tubuh manusia. *Ki* merupakan kekuatan mental yang dapat menghasilkan pondasi fisik yang kuat. Konsep dari *Ki* dapat diperluas ke alam semesta, di mana manusia secara individu sebagai pusatnya.

Semua manusia terlahir memiliki *Ki*, namun untuk dapat mengolah hal tersebut dengan baik maka manusia harus dapat mengontrol dan berlatih untuk konsentrasi lebih. Dalam aikido latihan yang penting yaitu latihan pernapasan. Hal ini sama dengan pernapasan di dalam yoga atau *Zen*. Teknik pernapasan menghirup dan menghembuskan udara pernapasan berkaitan erat dengan teknik dan *Ki* dalam tubuh. Aikido mengajarkan untuk menyerap *Ki* lawan dan digunakan kembali untuk melawan lawan. Belajar hal tersebut dilakukan dengan mengharmonisasikan *Ki* kita dengan *Ki* lawan.

Normalnya, kita melihat suatu benda dengan mata fisik. Mata fisik tersebut melihat suatu benda yang ingin kita lihat. Dikatakan bahwa kita melihat dengan ego kita, dan orang yang melakukan hal tersebut hanya melihat suatu ilusi. Dalam aikido, kita harus melihat dengan center. Apa yang terlihat melalui center adalah persepsi murni. Apa yang dilihat bukanlah hanya gerakan fisik lawan, tetapi juga gerakan *Ki* dari lawan.

Aikido mengajarkan untuk dapat mengharmonisasikan diri dengan sekitar, dengan lawan dan juga dengan alam. Morihei Ueshiba mengatakan tidak ada alasan untuk menentang alam. Manusia tidak kuat, ketika bertemu lawan yang lebih kuat manusia tidak akan bisa melawan. Manusia harus mengharmonisasikan *centernya* dengan alam, supaya energi alam dapat mengalir ke dalam tubuhnya. Hal ini satu-satunya cara untuk menjadi lebih kuat. (Mortensen)

#### **2.4 Gerakan Dasar dalam Aikido**

Dalam aikido, prinsip yang paling utama yaitu bagaimana diri sendiri dapat berharmonisasi dengan sekitar, yaitu dengan lawan dan juga dengan

lawan. Dengan mengharmonisasikan diri, maka energi dari alam akan mengalir ke dalam diri dan diri akan menjadi lebih kuat. Prinsip dasar tersebut mempengaruhi gerakan dasar yang digunakan dalam teknik-teknik kembangannya.



**Gambar 2.8. Pola Gerakan *Spherical* dalam Aikido**

Sumber : [www.pinterest.com](http://www.pinterest.com)

Gerakan berupa *spherical rotation* menjadi gerakan dasar dalam aikido yang berfungsi untuk mencapai keseimbangan dan mencapai *center* yang kuat. Gerakan melingkar akan menyerap dan mengarahkan energi dari serangan lawan, menjadikan gerakan tersebut memiliki poros yang stabil, sehingga lawan akan kehilangan *center* dan kekuatannya. Aikido berbeda dengan beladiri lainnya, beberapa diantaranya dijelaskan dalam buku *Aikido and the Dynamic Sphere* (1970) seperti:

1. Dalam praktiknya, aikido murni sebagai seni beladiri untuk perlindungan diri. Tidak ada serangan dalam aikido.
2. *Hara* atau *center* didefinisikan sebagai pusat gravitasi tubuh, adalah hal yang penting dalam aikido. Konsentrasi energi diperlukan saat melakukan teknik dalam aikido.
3. Karakteristik aikido ada pada aplikasi *sphericity* dalam gerakan, perpindahan, dan teknik-tekniknya.

Gerakan dasar dalam aikido berbentuk melingkar yang merupakan representasi dari filosofi dalam aikido sendiri. Gerakan tersebut menerima serangan lawan dan mengontrol energi lawan tersebut yang digunakan untuk melumpuhkan lawan, berbeda dengan kebanyakan beladiri yang justru melawan balik energi lawan. Dalam aikido, bentuk gerakan melingkar tersebut merupakan bentuk harmonisasi *Ki* dalam tubuh dengan energi lawan dengan tubuh sebagai *center*. Prinsip keseimbangan di mana isi menuju kosong dan kosong menuju isi, ketika energi lawan diarahkan ke tubuh dan tubuh menerima energi tersebut dan membalikkannya kembali ke arah lawan yang energinya telah diserap sebelumnya.



**Gambar 2.9. Skema Salah Satu Gerakan Teknik Irimi-nage**

Sumber : Analisis Penulis, 2016

Gambar 2.9. menunjukkan gerak melingkar dalam salah satu teknik dalam aikido bernama *irimi-nage*. *Irimi-nage* berarti masuk ke dalam teritori lawan. Arah energi lawan digambarkan dengan garis berwarna merah, dan arah pergerakan energi pelaku teknik digambarkan dengan garis berwarna biru. Pelaku teknik berharmonisasi dengan lawan, membalikkan energi lawan untuk menjatuhkan lawan. Dari gambar tersebut dapat terlihat gerakan *spherical* pelaku teknik terhadap *centernya* (digambarkan dengan lingkaran biru). Dengan *center* yang kuat tercipta keseimbangan antara energi lawan dan energi pelaku teknik tersebut.



**Gambar 2.10. Esensi Gerakan Dasar Aikido**

Sumber : Analisis Penulis, 2016

Prinsip gerakan dasar dalam aikido dapat digambarkan dalam sebuah skema pada gambar 2.10. Aikido berkonsentrasi pada energi, yang mana energi tersebut dialirkan dan diteruskan dalam gerakan *spherical* dengan tubuh manusia sebagai *center*. Beberapa prinsip penting dalam gerakan dasar aikido yang dapat diambil dari penjelasan sebelumnya yaitu :

1. *Center* : prinsip utama yang dipegang adalah *center*, tubuh sebagai pusat;
2. Keseimbangan(dinamis) : harmonisasi antara diri dengan lawan, dimana energi mengalir dari isi ke kosong dan kosong menuju isi;
3. *Spherical* : adanya pergerakan yang seimbang pada *center* menghasilkan gerakan berbentuk *spherical*.

## 2.5 Berlatih Aikido

Dalam aikido, *aikidoka* atau orang-orang yang berlatih aikido dibagi menjadi 6 tingkatan sebelum mendapatkan *dan*, merupakan tingkat yang sudah dianggap mahir, biasanya memakai sabuk hitam dan *hakama* (seperti celana berwarna hitam). Tingkat pemula ditandai dengan sabuk berwarna putih. Sedangkan untuk *aikikids* atau anak-anak berada di tingkatan dibawah pemula.



**Gambar 2.11. Aikidoka di Yogyakarta**

Sumber : Dokumentasi Penulis, 2015

*Aikidoka* di Yogyakarta rata-rata berlatih selama kurang lebih 2 jam setiap sesi latihannya. Latihan aikido diawali dan diakhiri dengan *mokuso*, meditasi singkat untuk memfokuskan diri pada latihan di dalam matras dan sejenak meninggalkan pikiran di luar matras. Pada awal latihan dilakukan penghormatan pada *kamiza* dan *sensei* atau instruktur dan dilanjutkan dengan pemanasan bersama. Instruktur memulai pengajarannya mengenai suatu teknik dengan memberi contoh praktiknya, sementara *aikidoka* duduk tenang memperhatikan. Teknik dalam aikido dilatih secara berpasangan. Memberi hormat sebelum dan sesudah berlatih bersama dalam pasangan merupakan etika dalam berlatih.



**Gambar 2.12. Suasana dalam Berlatih Aikido**

Sumber : Dokumentasi Penulis, 2013

Pasangan dalam berlatih teknik tidak dikhususkan dengan tingkatan yang sama. Tingkatan yang lebih senior diharapkan dapat membantu dan membimbing juniornya dalam mempelajari suatu teknik. Umumnya semakin

tinggi tingkatan *aikidoka*, maka kesulitan tekik akan semakin tinggi. Sehingga ada waktu-waktu khusus di mana instruktur akan meminta berlatih berpasangan dengan *aikidoka* yang sama tingkatannya.

Menurut Kisshomaru Ueshiba dan Moriteru Ueshiba dalam bukunya yang berjudul *Best Aikido the Fundamentals* (1997), ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam berlatih gerakan aikido. Kuda-kuda (*kamae*) dan jarak mata dan fokus pandangan (*ma-ai* dan *me-tsuke*) sangat penting diperhatikan dalam segi fisik serta mental saat berhadapan dengan lawan. Etiket, cara duduk formal, cara berjalan dengan lutut (*rei, zaho, shikko*) juga dipelajari saat berlatih. Aikido yang mempunyai filosofi untuk berselarasan dengan alam, maka *aikidoka* pun perlu untuk bersikap sopan dan hormat pada *partner* dalam berlatih demi mencapai keselarasan tersebut. Gerakan kaki (*unsoku*) dan gerakan badan (*sabaki*) yang fleksibel serta dapat mempertahankan *center* adalah dasar yang baik dalam berlatih aikido. Cara jatuh (*ukemi*) perlu dipelajari agar *aikidoka* dapat berlatih dengan aman tanpa cedera. Tangan pedang (*te-gatana*) perlu dipelajari karena berkaitan dengan teknik pernapasan dalam aikido. Pemanasan pergelangan tangan (*tekubi kansetsu junan ho*), perenggangan punggung (*haishin undo*) serta arah pergerakan badan (*tai no tenkan*) juga perlu dilatih sebelum berlatih teknik-teknik dalam aikido agar sendi-sendi tubuh terbiasa dan fleksibel dalam bergerak.



**Gambar 2.13. Teknik yang Dilatih dalam Aikido**

Sumber : Dokumentasi Penulis, 2013

Teknik-teknik dalam aikido berupa teknik kuncian, lemparan, dan bantingan serta berlatih menggunakan senjata (pedang kayu, pisau kayu, dan tongkat). Pukulan dan tendangan dipelajari hanya untuk berlatih menerima serangan dan melakukan teknik.

## **2.6 Training Center**

### **2.6.1 Pengertian**

*Training center* dalam bahasa Indonesia berarti pusat pelatihan. Pusat berarti terletak di tengah, pusat, atau pokok pangkal yang menjadi pempunan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia. Pelatihan berarti proses melatih, kegiatan atau pekerjaan melatih, atau tempat melatih menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia. Kesimpulan dari definisi di atas bahwa pusat pelatihan berarti suatu tempat yang menjadi pangkal/pusat dalam kegiatan dan proses berlatih.

### **2.6.2 Fungsi dan Tipologi**

Aikido tidak termasuk dalam Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) namun tetap termasuk sebagai olahraga beladiri. Sehingga tipologi dari bangunan *Aikido Training Center* ini adalah bangunan olahraga/pelatihan.

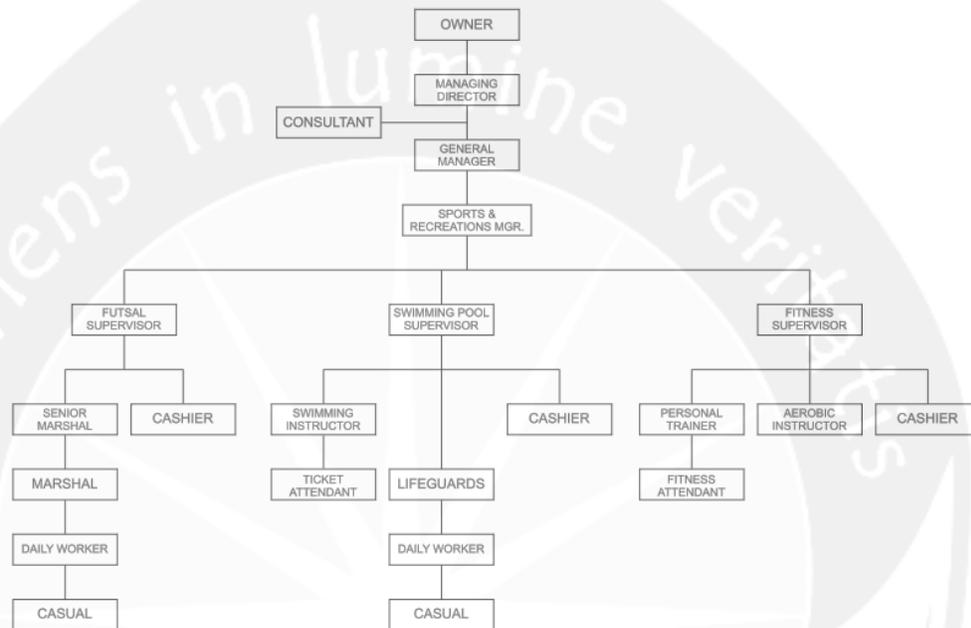
## **2.7 Preseden Pelaku di Training Center**

Untuk mengetahui pelaku, terlebih dahulu dilakukan studi. Beberapa gedung yang dijadikan sebagai contoh yaitu *Lamongan Sport Center*, *Atlas Sport Club Fitness Center*, dan *Gorontalo Sport Center*.

### **2.7.1 Lamongan Sport Center**

*Lamongan Sport Center* merupakan salah satu pusat berolahraga dan berlatih yang berada di kota Lamongan. *Lamongan Sport Center* dilengkapi

fasilitas seperti empat lapangan futsal, kolam renang, *fitness corner*, dan restoran. Kapasitas restoran mencapai 250 orang. Pengunjung terdiri dari dewasa dan anak-anak, baik yang merupakan *member* maupun bukan. (Prasetio, 2014)



**Gambar 2.14. Struktur Organisasi Lamongan Sport Center**

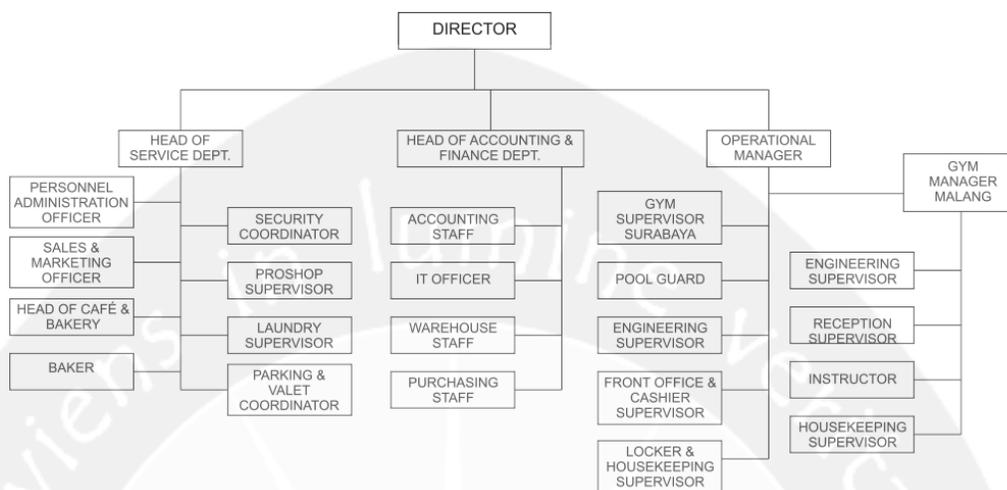
Sumber : Profil Lamongan Sport Center (LSC) Ditinjau dari Segi Manajemen, Fasilitas dan Pelayanan, 2014

Gambar 2.14. menunjukkan pelaku dari pihak pengelola. Pengelola di bawah *sports and recreation manager* terbagi menjadi tiga bagian, masing-masing menangani bagian futsal, renang, dan *fitness*. Setiap bagian terbagi menjadi dua atau 3 sub bagian, yaitu bagian pelatihan, keuangan, dan pekerja harian.

### 2.7.2 Atlas Sport Club Fitness Center

Atlas Sport Center merupakan salah satu pusat kebugaran di Surabaya. Atlas Sport Center memiliki fasilitas seperti *modern gymnasium*, *RPM*

*classes, spacious room, private yoga room, lapangan squash, lapangan badminton, kolam renang, dan aerobic room.* (Rohman, 2013)



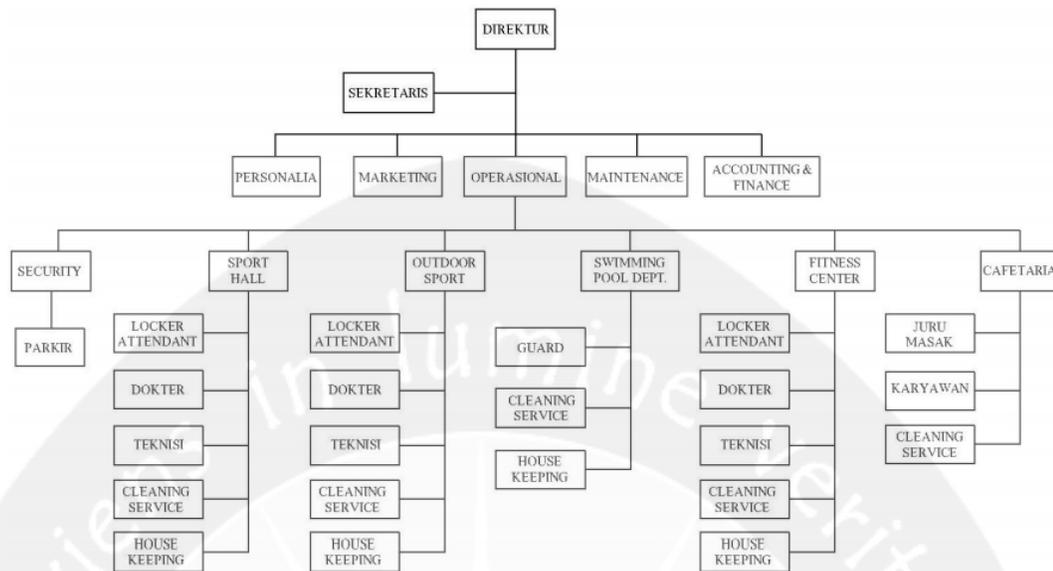
**Gambar 2.15. Struktur Organisasi Atlas Sport Club Fitness Center**

Sumber : Profil Fitness Center di Atlas Sport Club Surabaya, 2013

Gambar 2.15. menunjukkan pelaku dari pihak pengelola yang terbagi menjadi tiga bagian di bawah direktur, masing-masing menangani bagian servis, finansial, dan operasional. Setiap sub bagian pada kelompok servis, finansial, dan operasional menangani bidang sesuai dengan kelompoknya.

### 2.7.3 Gorontalo Sport Center

Gorontalo Sport Center merupakan pusat kegiatan olahraga di provinsi Gorontalo yang dilengkapi fasilitas penunjang. Gedung ini memiliki sarana olahraga untuk publik dan atlet, serta tempat pelaksanaan kejuaraan atau liga berskala provinsi. Fasilitas rekreasi olahraga ringan serta fasilitas komersil seperti toko souvenir atau *café shop* juga tersedia. (Utami, 2014)



**Gambar 2.16. Struktur Organisasi Gorontalo Sport Center**

Sumber : Gorontalo Sport Center, 2014

Gambar 2.16. menunjukkan pelaku dari pihak pengelola yang terbagi menjadi lima bagian di bawah direktur utama. Di bawah bagian operasional terbagi lagi menjadi enam sub bagian. Setiap sub bagian menangani pekerjaan di bidang kelompoknya dan servis penunjangnya.

#### 2.7.4 Perbandingan Antar Preseden

Dari preseden yang telah dipaparkan sebelumnya, pelaku utama dan bagian-bagiannya dalam struktur organisasi pengelola tersebut dapat diringkas seperti berikut.

**Tabel 2.2. Perbandingan Kelompok Pengelola Preseden**

<b>Pembanding</b>	<b>Lamongan Sport Center</b>	<b>Atlas Sport Club Fitness Center</b>	<b>Gorontalo Sport Center</b>
Pelaku utama	<i>Owner, managing director, general manager, consultant</i>	<i>Director</i>	<i>Director, secretary</i>

Kelompok Utama	<i>Sports and recreation manager</i>	<i>Head of service department, head of accounting and finance department, operational manager</i>	<i>Personalia, marketing, operational, maintenance, accounting &amp; finance</i>
Sub bagian	<i>Futsal supervisor, swimming pool supervisor, fitness supervisor</i>	<i>Service department, accounting and finance department, operational</i>	<i>Security, sport hall, outdoor sport, swimming poll department, fitness center, cafeteria</i>
Sistem pembagian kelompok	Berdasarkan kelompok kegiatan dalam suatu tempat yang sama	Berdasarkan kelompok pekerjaan dalam suatu bidang yang sama	Berdasarkan kelompok kegiatan dalam suatu tempat yang sama dan kelompok pekerjaan dalam suatu bidang yang sama

Sumber : Analisis Penulis, 2016

Dari ketiga preseden yang ada kelompok pelaku tersebut dipimpin oleh direktur atau pemilik kemudian secara garis besar pelaku dapat dibedakan menjadi kelompok servis, operasional, dan servis. Sub bagian pelaku dapat dikelompokkan berdasarkan kelompok kegiatan dalam suatu dan atau kelompok kegiatan dalam bidang tertentu.

## 2.8 Preseden Aikido Training Center

Untuk mengetahui pelaku, kegiatan, dan ruang pada *Aikido Training Center* terlebih dahulu dilakukan studi. Beberapa gedung yang dijadikan sebagai contoh yaitu *Dojo Aikikai Hombu, Japanese Martial Arts & Sports Centre 'Dojo-Stara Wieś', Przedborz commune, dan Aikido Studio, Spotsylvania, VA.*

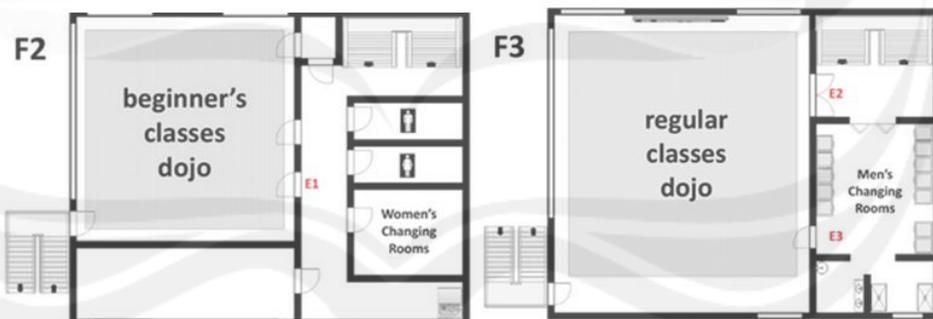
### 2.8.1 Dojo Aikikai Hombu



Gambar 2.17. Aikikai Hombu Dojo

Sumber : [www.aikikai.or.jp](http://www.aikikai.or.jp)

*Aikikai Foundation* (pusat aikido di dunia) didirikan oleh Doshu Kisshomaru Ueshiba, anak dari Morihei Ueshiba pada tahun 1940. Luas area berlatih 105 tatami ( $162\text{m}^2$ ), separuh dari luasan total bangunan yang terdiri dari 220 tatami. Area berlatih kedua yang dikhususkan untuk pemula, anak-anak dan wanita seluas 72 tatami ( $112\text{m}^2$ ). Ruangan yang ada di bangunan ini yaitu ruangan untuk berlatih, ruang ganti dan kamar mandi.<sup>4</sup>



Gambar 2.18. Denah Aikikai Hombu Dojo

Sumber : [www.aikikai.or.jp](http://www.aikikai.or.jp)

Kegiatan latihan dijadwalkan setiap hari dalam seminggu, dan dilatih oleh 30 orang *sensei*. Adapun jadwal kegiatan yang dilakukan di *dojo* dibagi menjadi 2 jenis kegiatan. Tabel 2.3. menunjukkan jadwal kelas regular dan kelas khusus untuk pemula.

<sup>4</sup> <http://www.aikikai.or.jp> diakses 9 September 2015

**Tabel 2.3. Jadwal Kelas Pemula Hombu Dojo dan Kelas Regular Hombu Dojo**

	07:00 – 08:00	09:30 – 10:30	09:30 – 10:30	09:30 – 10:30	09:30 – 10:30
Senin	x		x		x
Selasa	x			Kelas wanita	x
Rabu	x		x		x
Kamis	x			Kelas wanita	x
Jumat	x		x		x
Sabtu	x	x			
Minggu		x			

	06:30 – 07:30	08:00 – 09:00	09:00 – 10:00	10:30 – 11:30	15:00 – 16:00	17:30 – 18:30	19:00 – 20:00
Senin	x	x			x	x	
Selasa	x	x		Kelas wanita	x	x	
Rabu	x	x			x	x	
Kamis	x	x			x	x	
Jumat	x	x		Kelas wanita	x	x	x
Sabtu	x	x		x	x	x	
Minggu			x	x			

Sumber : [www.guillaumeerard.com](http://www.guillaumeerard.com)

### 2.8.2 Japanese Martial Arts & Sports Centre 'Dojo-Stara Wieś', Przedborz commune

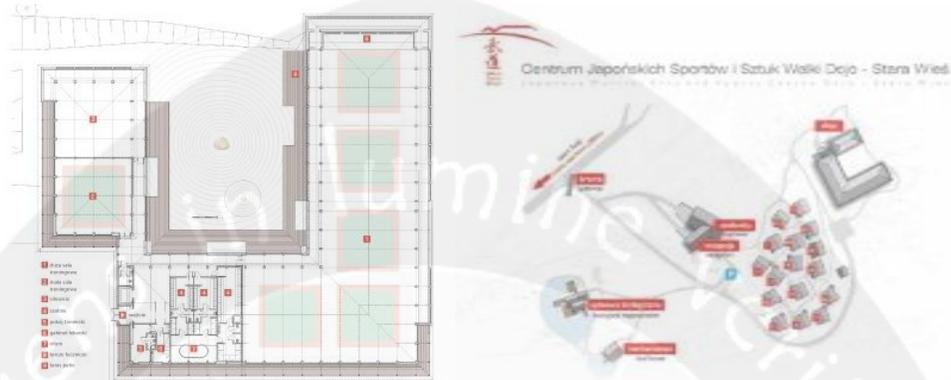


**Gambar 2.19. Dojo-Stara Wieś**

Sumber : [www.dojostarawies.com](http://www.dojostarawies.com)

*Dojo* Stara Wieś merupakan *dojo* karate yang terletak di Przedborz, Polandia. Di desain dengan gaya arsitektur Jepang yang terdiri dari beberapa bagian : hunian, area servis, dan area berlatih. Pemilihan gaya bangunan yang

disesuaikan dengan budaya Jepang bertujuan agar etika kebudayaan Jepang yang diajarkan dalam karate dapat lebih tersampaikan.



Gambar 2.20. Site Plan Dojo-Stara Wies

Sumber : [www.dojostarawies.com](http://www.dojostarawies.com)

Training center ini dibangun pada area seluas 60 ha, yang bangunannya terdiri dari 2 aula besar yang dilengkapi dengan gym, ruang sosial, dan ruang spa; ruang pemulihan yang terdiri dari hunian dan gym; 16 hunian masing-masing memuat 7 orang di dalamnya yang setiap rumahnya dipisahkan dengan taman bergaya Jepang; bangunan administrasi dan hall; dan sebuah kandang yang dikombinasikan dengan hunian pertanian.

Hall dapat digunakan untuk berlatih, workshop, pertemuan, dan seminar. Terdapat 2 ruang dengan ukuran 50x14m dan 13x13m masing-masing dengan ketinggian 3.8m. Ruang olah raga seluas 2000m<sup>2</sup>, terbagi menjadi 3 bagian. Lantai khusus yang cocok untuk berlatih digunakan pada ruang olah raga yaitu matras tatami untuk judo dan karate, cermin untuk berlatih dan *punching bag*. Ruang ganti berjumlah 3 ruang dilengkapi dengan shower, lantai pemanas, *ofuro* (jacuzzi), dan locker yang masing-masing dapat menampung 12 orang di dalamnya.

Kesehatan tubuh dan keseimbangan mental tidak terpisahkan dalam diri manusia. Fasilitas spa dan ruang minum teh untuk bersantai setelah berlatih disediakan di sini. Ruangan tersebut berjumlah 2, masing-masing

berukuran 8.8x5m dan 6.5x5m dengan ketinggian 2.7m yang dapat menampung hingga 12 orang setiap ruangnya.<sup>5</sup>

### 2.8.3 Aikido Studio, Spotsylvania, VA



**Gambar 2.21. Aikido Studio**

Sumber : [www.owensarchitects.com](http://www.owensarchitects.com)

Aikido Studio terletak di Berkley Voting District, Hickory Ridge Road, Spotsylvania County, VA. Pada bangunan ini terdapat ruang utama untuk berlatih yang berada di tengah dan ruang pendukung di sekelilingnya. Beberapa ruang privat untuk hunian berada di sebelah timur, bersebelahan dengan kantor, ruang penyimpanan, ruang elektrik dan ruang tunggu. Di sebelah timur terdapat ruang locker dan shower untuk pria dan wanita yang terpisah, ruang laundry, dan dapur serta ruang umum (kantin atau ruang istirahat).



**Gambar 2.22. Struktur Aikido Studio**

Sumber : [www.owensarchitects.com](http://www.owensarchitects.com)

Aikido Studio menggunakan struktur bentang lebar untuk area latihan, menerapkan cross ventilation dan bukaan pada sisi samping agar cahaya dan

<sup>5</sup> <http://www.dojostarawies.com/en.html> diakses 9 September 2015

udara dapat masuk ke dalam ruangan. Luas total bangunan kurang lebih seluas 650m<sup>2</sup> dengan ruang latihan seluas kurang lebih 280m<sup>2</sup>. Pada area luar, terdapat ruang duduk-duduk untuk relaksasi setelah latihan.<sup>6</sup>

#### 2.8.4 Perbandingan Antar Preseden

Dari preseden yang telah dipaparkan sebelumnya, kegiatan dan aspek-aspek pengaturan ruang dalam bangunan tersebut dapat diringkas seperti berikut.

Tabel 2.4. Perbandingan Kegiatan dan Keruangan Preseden

Pembanding	Aikikai Hombu	Stara Wieś	Aikido Studio
Kegiatan utama	Latihan aikido rutin (umum, anak-anak, khusus wanita)	Latihan karate rutin, hal juga dapat digunakan untuk workshop, seminar, dan pertemuan	Latihan aikido rutin
Fasilitas penunjang	Ruang ganti, locker, dan ruang shower	Ruang ganti, locker, dan ruang shower; hunian; spa, <i>ofuro</i> (jacuzzi), dan ruang minum teh; gym; kantin	Ruang ganti, locker, ruang shower; hunian; laundry; kantin
Fokus latihan	Aikido	Karate, aikido, judo, kendo	Aikido
Organisasi ruang	<i>Grid</i>	<i>Grid</i>	<i>Grid, centralized</i>
Prinsip pengaturan ruang	<i>Hierarchy</i> , ruang dominan adalah ruang latihan	<i>Hierarchy</i> , ruang latihan utama merupakan ruang yang paling dominan	<i>Symmetry</i> , ruang latihan utama berada di tengah dengan ruang-ruang penunjang di sekitar

<sup>6</sup> <http://www.owensarchitects.com> diakses 13 September 2015

Gaya arsitektur	Kubisme, banyak bukaan	Arsitektur Jepang	Unsur alam dari kayu dan tamannya
Keterkaitan dengan filosofi		Adopsi arsitektur Jepang agar etika kebudayaan Jepang dapat tersampaikan	Berselaras dengan alam, mencoba memasukkan unsur alam ke dalam penggunaan materialnya

Sumber : Analisis Penulis, 2015

Ketiga preseden mempunyai fungsi utama yang sama yaitu tempat berlatih aikido. Ruang-ruang penunjang yang ada di ketiga preseden yaitu ruang shower, ruang ganti, ruang shower. Fasilitas lain yang cukup penting yaitu hunian, kantin, dan ruang untuk berinteraksi secara sosial setelah atau sebelum berlatih. Ruang latihan dari ketiga preseden merupakan ruang utama dengan ukuran yang cukup luas, dibagi menjadi area latihan bagi pemula dan bagi kelas regular. Pada *dojo* Stara Wieś ruangan tersebut ada beberapa dan dapat juga dipergunakan sebagai ruang pertemuan, seminar ataupun workshop. *Dojo* Stara Wieś merupakan preseden yang paling lengkap diantara yang lain. Massa bangunan, fungsi utama dan penunjangnya juga lebih banyak daripada preseden yang lain.

Susunan ruang dari ketiga preseden diatur dalam grid dan diatur dalam penyusunan sesuai hierarki di mana ruang latihan utama merupakan ruang yang paling dominan. Gaya arsitektur yang diadopsi pada ketiga preseden mengacu pada arsitektur Jepang. *Dojo* Stara Wieś mengadopsi gaya arsitektur Jepang dengan tujuan agar etika budaya yang sedikit banyak berpengaruh pada ajaran beladiri juga dapat tersampaikan dan dirasakan oleh pengguna bangunan. Aikido Studio menggunakan material kayu dalam interior ruangnya. Hal ini sedikit banyak terkait dengan filosofi dalam aikido yaitu untuk berselaras dengan alam di mana juga merupakan salah satu ciri arsitektur Jepang.

**Tabel 2.5. Perbandingan Jenis Ruang antar Preseden**

<b>Nama Ruang</b>	<b>Aikido Center</b>	<b>Aikikai Hombu</b>	<b>Dojo Stara weis</b>	<b>Aikido Studio</b>
<i>Fasilitas utama dan pendukung</i>				
Ruang latihan	v	v	v	v
Ruang alat OR	-	-	v	-
Ruang ganti & locker	v	v	v	v
Kamar mandi	v	v	v	v
Toilet	v	v	v	v
Fitness center	-	-	v	-
Spa	-	-	v	-
Ruang komunal	rg minum teh	-	rg minum teh	v
Cafeteria	-	-	v	v
Perpustakaan	v	-	-	-
Ruang P3K	-	-	v	-
Hunian	-	-	v	v
Parkir	v	v	v	v
Dapur	v	-	-	v
Laundry	-	-	-	v
<i>Administrasi</i>				
Kantor	v	-	v	v
Front office	-	-	v	-
Loket pendaftaran	-	-	v	-
Entrance hall	-	-	v	v
Lobby	-	-	v	-
Toilet umum	v	v	v	v

Sumber : Analisis Penulis, 2015

Beberapa fasilitas seperti ruang latihan, ruang ganti, locker, kamar mandi, toilet, ruang komunal, cafeteria, hunian, parkir, dapur, kantor pengelola, *entrance hall*, dan toilet umum terdapat pada mayoritas preseden yang telah dikaji sebelumnya. Fasilitas fitness center, spa, perpustakaan,

ruang P3K, laundry, dan loket pendaftaran merupakan fasilitas tambahan yang tidak semua aikido *center* memilikinya.

## 2.9 Standar Perencanaan dan Perancangan

Ukuran standar matras aikido yaitu 9x9 meter berdasarkan buku Data Arsitek (1980) yang sempat dipaparkan di bab 1 merujuk pada beladiri aikido yang ditandingkan. Namun, aikido dengan afiliasi Aikikai tidak mempertandingkan beladiri ini. Sehingga standar ukuran matras akan berbeda jika diterapkan dalam *Aikido Training Center* ini. Seperti yang telah dipaparkan, area bebas matras selebar 1 sampai dengan 1,5 meter. Area matras dibagi menjadi; *kamiza* seperti altar atau panggung di bagian depan yang terdapat foto Morihei Ueshiba (pendiri aikido), lambang atau bendera aikido selebar 2.5 meter, dan senjata untuk berlatih; serta *shimoza* tempat *aikidoka* duduk sesuai dengan urutan tingkatan. (Neufert, 1980, p. 326) Lantai menggunakan matras dengan dinding pembatas yang juga dilapisi matras tinggi minimum 1 meter. (Council, 1981, p. 2)



Gambar 2.23. Denah Bagian Dojo

Sumber : [www.centralaikido.org](http://www.centralaikido.org)

*Dojo* aikido dibedakan menjadi beberapa bagian area seperti pada gambar 2.23. Pembagian area-area tersebut antara lain :

1. *Shomen* : bagian depan dari *dojo*, idealnya menghadap pintu masuk dan berupa dinding tanpa jendela atau pintu di sisi dinding ini. Terdapat *kamidana* atau kuil/altar *o'sensei* (pendiri aikido);



**Gambar 2.24. Shomendan Bagian Dojo**

Sumber : [www.google.com](http://www.google.com)

2. *Joseki* : berarti sisi atas atau area duduk atas, terletak di sebelah kanan *shomen*, merupakan area untuk senior atau instruktur;
3. *Shimoseki* : berseberangan dengan *shimoza*, merupakan area untuk *aikidoka* dengan tingkatan yang lebih rendah;
4. *Shimoza* : area belakang *dojo*, tempat *aikidoka* masuk dan area duduk menghadap *kamiza* saat mengamati instruksi dari instruktur;
5. *Embujo* : area tengah *dojo*, dimana kegiatan praktek latihan berlangsung, area ini merupakan tempat pertemuan semua tingkatan *aikidoka*;
6. *Genkan* : merupakan *foyer* tempat pergantian saat memasuki *dojo* dan meletakkan alas kaki dan tas, idealnya ruangan ini merupakan ruang terpisah.<sup>7</sup>

<sup>7</sup> <http://www.centralaikido.org> diakses 18 September 2015