

**FILOSOFI ZEN BUDDHISME YANG DIAPLIKASIKAN KE DALAM
SENI BELA DIRI KARATE OLEH SEORANG KARATEKA**

SKRIPSI



Nias Intan Nur Atika

2011110107

PROGRAM STUDI SASTRA JEPANG

FAKULTASSASTRA

UNIVERSITAS DARMA PERSADA

JAKARTA

TAHUN2015

FILOSOFI ZEN BUDDHISME YANG DIAPLIKASIKAN KE DALAM SENI
BELA DIRI KARATE OLEH SOERANG KARATEKA

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sastra



PROGRAM STUDI SASRA JEPANG
FAKULTAS SASRA
UNIVERSIT AS DARMA PERSADA
JAKARTA
TAHUN 2015

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Skripsi sarjana ini berjudul :

Filosofi *Zen* Buddhisme yang Diaplikasikan Ke Dalam Seni Bela Diri
Karate oleh Seorang Karateka

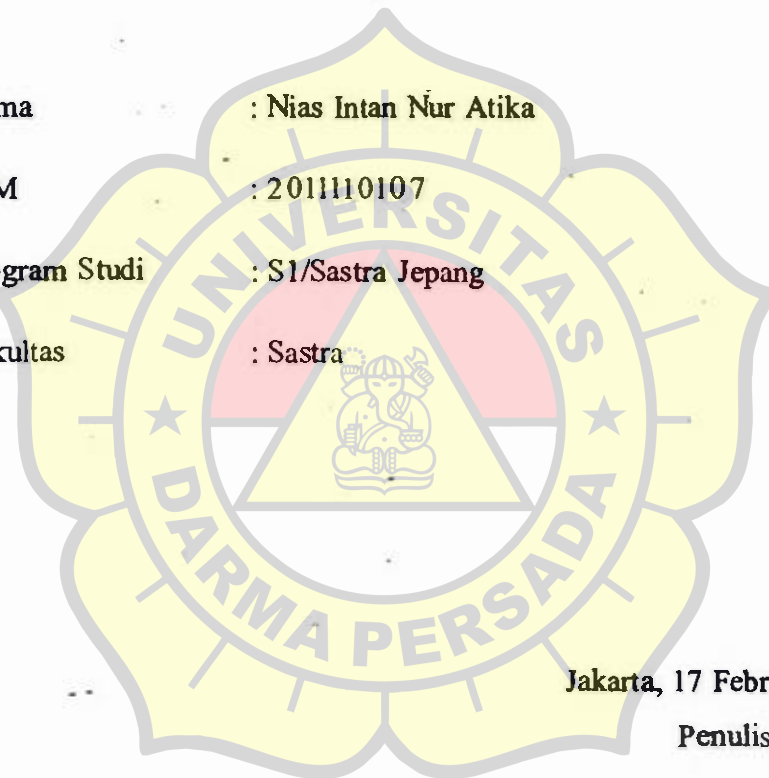
Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nias Intan Nur Atika

NIM : 2011110107

Program Studi : S1/Sastra Jepang

Fakultas : Sastra



Jakarta, 17 Februari 2015

Penulis,

Nias Intan Nur Atika

NIM: 2011110107

HALAMAN PERSETUJUAN LAYAK UJI

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Nias Intan Nur Atika
NIM : 2011110107
Program Studi : Sastra Jepang (SI)
Judul Skripsi : *Filosofi Zen Buddhisme yang Diaplikasikan Ke Dalam Seni Bela Diri Karate oleh Seorang Karateka*

Telah disetujui oleh Pembimbing, Pembaca dan Ketua Jurusan Sastra untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji pada hari Selasa, 17 Februari 2015 pada program Studi Sastra Jepang Fakultas Sastra, Universitas Darma Persada.

Pembimbing : Indun Roosiani M.Si
Pembaca : Purwani Purawiardi M.Si
Ketua Jurusan : Hargo Saptaji, M.A.

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah diujikan pada hari Selasa, 17 Februari 2015.

Oleh

DEWAN PENGUJI

yang terdiri dari:

Pembimbing : Indun Roosiani M.Si

(.....)

Pembaca : Purwani Purawiardi M.Si

(.....)

Ketua Penguji : Dra. Yuliasih Ibrahim

(.....)

Disahkan pada hari Selasa, tanggal 17 Februari 2015

Ketua Program Studi Sastra Jepang,


Hargo Sa ptaji, M.A.

Dekan Fakultas Sastra,


Syamsul Bachri, S.S., M.Si.

ABSTRAK

Nama : Nias Intan Nur Atika
NIM : 2011110107
Program Studi : Sastra Jepang
Judul : *Filosofi Zen Buddhisme yang Diaplikasikan Ke Dalam Seni Beladiri Karate Oleh Seorang Karateka*

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan. Studi pustaka yang digunakan ialah membaca berbagai buku yang berhubungan dan terkait dengan seni beladiri karate dan konsep Zen Buddhisme. Penulis kemudian menganalisis tentang hubungan konsep Zen Buddhisme yang terkandung dalam seni bela diri karate yang dapat di aplikasikan oleh karateka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep Zen Buddhisme apa saja yang terkandung dalam seni bela diri karate yang bisa diaplikasikan oleh seorang karateka. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konsep Zen Buddhisme yang terkandung dalam seni bela diri karate tidak hanya menjadikan karate sebuah ajaran bela diri, tetapi juga membentuk kepribadian karateka tersebut.

Kata Kunci : *Kata, Kihon, Zazen, Mushin.*

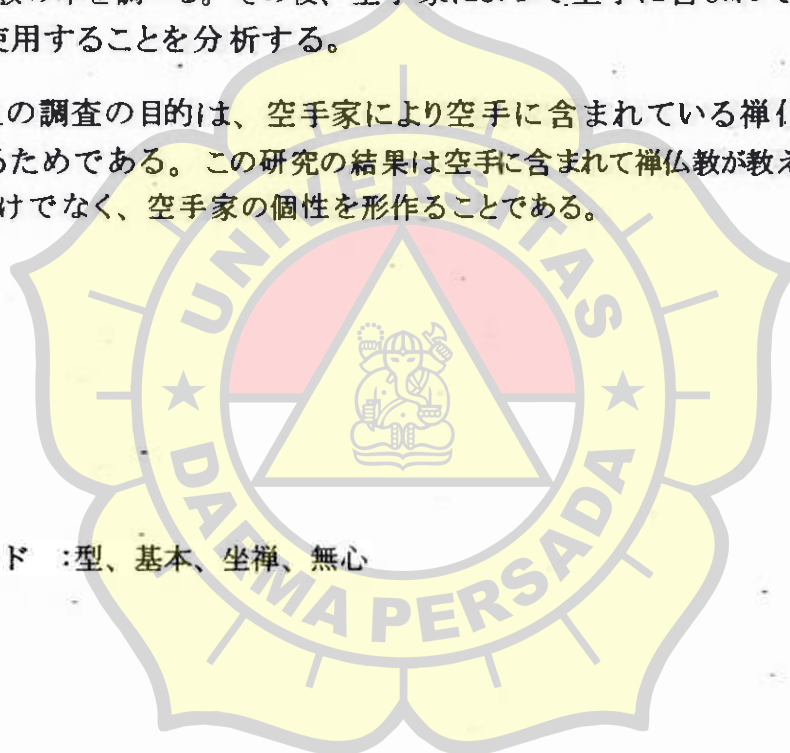
概要

名前 : ニアス インタン ヌル アティカ
学生番号 : 2011110107
文学部 : 日本学系
題名 : 空手家によって空手に含まれて禅仏教の哲学を使用する。

この研究は、文献調査を使用している。文献調査の使用されては武道空手と禅仏教の本を調べる。その後、空手家によって空手に含まれて禅仏教の哲学を使用することを分析する。

この調査の目的は、空手家により空手に含まれている禅仏教のことをわかるためである。この研究の結果は空手に含まれて禅仏教が教えて 武道を作るだけでなく、空手家の個性を形作ることである。

キーワード : 型、基本、坐禅、無心



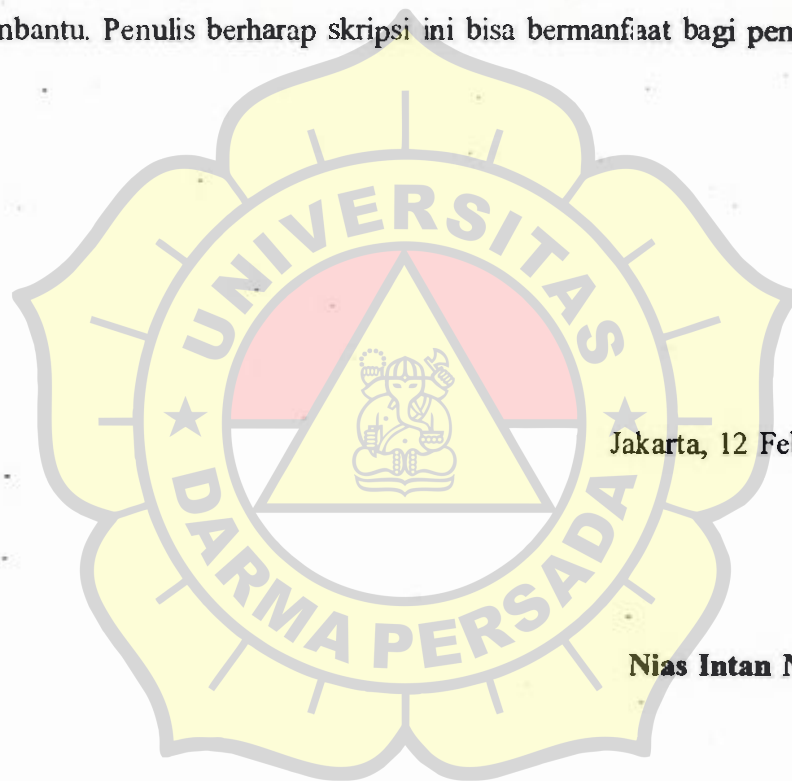
KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Karena berkat rahmat dan ridha-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penyusunan skripsi ini dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sastra Program Studi Sastra Jepang pada Fakultas Sastra, Universitas Darma Persada. Penulis sadar bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan tulus penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Indun Roosiani M.Si., selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam menyusun skripsi ini.
2. Ibu Purwani Purawiardi M.Si., selaku dosen pembaca yang memberi petunjuk dan ikut membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Yuliasih Ibrahim, selaku ketua sidang.
4. Bapak Hargo Saptaji M.A., selaku Ketua Jurusan Program Studi Sastra Jepang.
5. Bapak Syamsul Bachri S.S.,M.Si, selaku Dekan Fakultas Sastra. Terimakasih atas bimbingan dan kerjasamanya ketika penulis sedang menjalankan tugas di BEM Fakultas Sastra.
6. Ibu Fanny Octaviani S.T, M.Si, selaku Warek III bidang kemahasiswaan Universitas Darma Persada. Terimakasih atas banyak solusi yang telah diberikan kepada penulis.
7. Seluruh dosen Fakultas Sastra dan staf Sekretariat Sastra yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu per satu, yang telah banyak membantu penulis selama masa perkuliahan.
8. Kedua orang tua penulis, bapak H. Asrogi SH dan ibu Hj. Dwi Rani Handayani yang selalu memberikan dukungan dan bimbingan dalam setiap langkah yang penulis ambil. Serta adik penulis Nias Fachri Nur Icshan yang memberikan penulis semangat serta masukan saat penulisan skripsi ini.

9. Keluarga besar UKM Unsada Karate Club (UKC). Terima kasih karena sudah memberikan penulis inspirasi dalam memilih tema skripsi, dan sudah banyak mengajarkan penulis tentang organisasi. Penulis yakin pengalaman yang dilalui bersama ini akan bermanfaat bagi penulis di kemudian hari.
10. Teman-teman pengurus BEM Fakultas Sastra periode 2013-2014. Terimakasih atas kerjasamanya dalam membangun Fakultas Sastra.
11. Teman-teman penulis, yang selalu ada untuk memberikan semangat kepada penulis dan banyak membantu penulis.

Penulis berharap semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang membantu. Penulis berharap skripsi ini bisa bermanfaat bagi pengembangan ilmu.



Jakarta, 12 Februari 2015

Nias Intan Nur Atika

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
HALAMAN PERSETUJUAN LAYAK UJI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii

BABIPENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	I
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Perumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.6 Landasan Teori	9
1.7 Metode Penelitian	13
1.8 Manfaat Penulisan	13
1.9 Sistematika Penulisan	14

BAB II SENI BELA DIRI KARATE

2.1 Pengertian Karate	14
2.2 Perkembangan Karate Di Jepang	16
2.3 Bentuk Latihan Karate	20
2.3.1 Bentuk Latihan Karate <i>Kihon</i>	21
2.3.2 Bentuk Latihan Karate <i>Kata</i>	26
2.3.3 Bentuk Latihan Karate <i>Kumite</i>	31

BAB III HUBUNGAN NILAI ZEN DALAM SENI BELA DIRI KARATE

3.1 Konsep-Konsep <i>Zen</i>	38
3.2 <i>Zazen</i>	41
3.3 Konsep <i>Zen</i> dalam Karate.....	42
3.3.1 <i>Zen</i> dan Kaitannya dengan Kekuatan Karate-Do.....	53
3.3.2 <i>Zen</i> dan Kaitannya dengan Pernapasan Karate-Do	55
3.3.1 <i>Zen</i> dalam Kata dan Kumite	56

BAB IV PENUTUP

Kesimpulan	61
------------------	----

DAFTAR PUSTAKA

GLOSARIUM



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia dalam kesehariannya tidak akan lepas dari kebudayaan, karena manusia adalah pencipta dan pengguna kebudayaan itu sendiri. Manusia hidup karena adanya kebudayaan, sementara itu kebudayaan akan terus hidup dan berkembang manakala manusia mau melestarikan kebudayaan dan bukan merusaknya. Dengan demikian manusia dan kebudayaan tidak dapat dipisahkan satu sama lain, karena dalam kehidupannya selalu berkaitan dengan hasil-hasil kebudayaan.

Kebudayaan dengan kata dasar budaya berasal dari bahasa sansakerta "buddhayah", yaitu bentuk jamak dari buddhi yang berarti "budi" atau "akal". Jadi Koentjaraningrat mendefinisikan budaya sebagai "daya budi" yang berupa cipta, karsa dan rasa. Sedangkan kebudayaan adalah "keseluruhan sistem gagasan, tindakan dan hasil karya manusia dalam rangka kehidupan masyarakat yang dijadikan milik diri manusia dengan belajar". (Koentjaraningrat, 2000: 181)

Suatu kebudayaan tidak akan pernah ada tanpa adanya beberapa sistem yang mendukung terbentuknya suatu kebudayaan, sistem ini kemudian disebut sebagai unsur yang membentuk sebuah budaya, mulai dari bahasa, pengetahuan, teknologi, kesenian, mata pencaharian, sistem religi, dan sistem kerabatan atau

organisasi sosial. Semua itu adalah faktor penting yang harus dimiliki oleh setiap kebudayaan untuk menunjukkan eksistensinya.

Salah satu dari unsur budaya adalah kesenian. Kesenian sebagai hasil ekspresi keindahan yang mengandung pesan budaya tersebut terwujud dalam bermacam-macam bentuk seperti seni tari, seni musik, seni karawitan, seni pedalangan, seni teater, seni sastra, seni rupa, dan seni bela diri.

Seni bela diri merupakan satu kesenian yang timbul sebagai satu cara seseorang mempertahankan atau membela diri. Ilmu bela diri sebenarnya sudah dikenal semenjak manusia ada. Bela diri pada waktu itu hanya bersifat mempertahankan diri dari gangguan binatang buas dan alam sekitarnya. Namun, sejak pertambahan penduduk dunia semakin meningkat, maka gangguan yang datang dari manusia mulai timbul sehingga keinginan orang untuk menekuni ilmu bela diri semakin meningkat. Selain digunakan untuk melindungi diri dari situasi pertarungan, seni bela diri juga mempunyai fungsi lain bagi manusia, seperti melatih ketahanan fisik, mental, spritual dan emosi. Seni bela diri pada dasarnya memiliki prinsip yang sama, yaitu untuk melindungi diri bukan untuk memulai suatu pertarungan ataupun melukai orang.

Di dunia ini banyak sekali terdapat jenis beladiri, hampir setiap bangsa memiliki seni bela diri masing- masing dengan gaya yang berbeda beda. Seperti *Capoiera* dari Brazil, *Kungfu* dari China, *Pencak Silat* dari Indonesia, *Taekwondo* dari Korea, *Muay Thai* dari Thailand dan *Karate* dari Jepang.

Karate adalah seni beladiri yang menggunakan tangan kosong, yakni seni beladiri yang dapat mempertahankan diri dari serangan tanpa senjata apapun. Dalam karate, seseorang menggunakan tubuhnya sebagai senjata. Karate dalam bahasa Jepang terdiri dari dua huruf kanji (空) *Kara*= kosong, (手) *Te*= tangan. Jadi, karate dapat diartikan sebagai “Tangan Kosong”. Menurut Funakoshi (1973:4) “Tangan Kosong” bisa diartikan menjadi dua. Pengertian yang pertama adalah “seni beladiri yang benar-benar dengan tangan kosong, tanpa menggunakan senjata”. Pengertian yang kedua berkaitan dengan konsep *Zen* buddhisme tentang pelatihan spiritual. Konsep *Zen* Buddhisme berpengaruh pada aspek mental masyarakat Jepang. Ajaran pokok *Zen* bertujuan untuk mencapai pencerahan jiwa melalui usaha pengendalian diri sendiri. Sama halnya dengan Karate yang lebih menekankan pada penjemihan jiwa dan pikiran atau ketenangan dari pikiran yang damai.

Seni Beladiri di Jepang banyak dipengaruhi oleh ajaran *Zen* Buddhisme. *Zen* Buddhisme mulai masuk ke Jepang pada periode Kamakura (1185-1333), pada masa itu kaum samurai merupakan kaum penguasa. *Zen* menekankan pada kesederhanaan dan pengendalian diri, penuh kewaspadaan setiap saat, tenang dihadapan kematian. Selain itu, di dalam *Zen* juga ada latihan rutin yakni *zazen*. Melalui latihan ini para samurai dapat menenangkan pikiran mereka, merasakan keharmonisan yang tampak di bawah suatu pertentangan. *Zen* mengajarkan suatu logika akan ketenangan dalam suatu kepercayaan, suatu penerimaan akan sesuatu yang tidak dapat dihindari. Mengajarkan untuk tabah dan tenang dalam menghadapi bahaya dan malapetaka, dan ramah dengan kematian (siap akan

kematian). Ajaran *zen* diterima oleh para samurai, karena diyakini dapat menyelamatkan para samurai, sehingga *zen* menjadi agama bagi para samurai. Ajaran *zen* dilengkapi dengan seni beladiri *Kenjutsu* yang dilatih oleh para samurai, dan juga melengkapi diri mereka secara spiritual, menyiapkan para samurai untuk menghadapi segala kemungkinan yang dapat mereka hadapi setiap saat, bahkan kematian.

Dalam karate diajarkan bagaimana caranya menjernihkan hati dan mengendalikan pikiran dengan cara berkonsentrasi untuk mengosongkan pikiran seperti yang diajarkan konsep *Zen*. Kita sering mendengar istilah "*Karate-Do*" (空手度), kata "*Do*" disini memiliki arti "jalan". Namun, dalam konteks ini bisa diartikan sebagai cara atau pedoman, yang kemudian diindikasikan sebagai tata tertib dan filosofi dari karate.

Keharmonisan antara pikiran dan jasmani adalah penting dalam seni beladiri karate. Karate memiliki filosofi yang harus dimengerti oleh para karateka untuk mencapai "*Do*" yaitu jalan yang sebenarnya. Untuk mencapai "*Do*", karateka harus memiliki sikap hormat, berpikir positif, berkonsentrasi yang penuh, berhati lembut, memiliki inisiatif dan rajin.

Di dalam karate, terdapat hubungan senioritas antara senior-junior yang dalam bahasa Jepangnya disebut *sempai-kohai*. Oleh karena para karateka harus menerapkan sikap hormat. Seorang *kohai* harus menghormati *sempai*, baik di dalam latihan maupun di luar latihan. Disinilah terlihat budaya hormat masyarakat Jepang yang menjadi landasan seorang karateka. Bukan hanya sikap hormat dan

senioritas yang muncul dalam seorang karateka, tetapi kedisiplinan, sopan santun dan penguasaan diri yang tinggi. Hal ini bertujuan agar seorang karateka dapat memiliki etika dan sopan santun kepada siapa saja. Seperti yang terdapat pada sumpah karate yang selalu diucapkan setiap upacara sebelum dan sesudah latihan, yaitu:

1. Sanggup memelihara kepribadian.
2. Sanggup patuh pada kejujuran.
3. Sanggup mempertinggi prestasi.
4. Sanggup menjaga sopan santun.
5. Sanggup menguasai diri.

Menurut Funakoshi, “ Tujuan puncak dari seni beladiri Karate-Do tidak didasarkan pada kemenangan atau kekalahan semata. Namun, pada kesempurnaan kepribadian mereka yang mempelajarnya”. Gichin Funakoshi adalah orang yang paling dihormati dalam sejarah Karate-Do modern. (Wahid, 2007: XVI)

Sebagai seni beladiri karate, ada tiga aspek yang ditekankan dalam pelatihan karate yaitu *kihon*, *kata* dan *kumite*. *Kihon* adalah latihan dasar, latihan *kihon* sangat menentukan kualitas teknik yang akan dipelajari nantinya. *Kata* adalah perpaduan antara seni dan jurus-jurus yang diajarkan dalam konsep beladiri karate. Sedangkan *kumite* adalah pengaplikasian teknik beladiri untuk pertahanan dan penyerangan. Dalam perkembangannya, ada beberapa aliran yang terdapat dalam karate dan kini menjadi aliran utama dan diakui oleh organisasi karate dunia atau yang biasa disebut WKF (World Karate Federation) yaitu

Shotokan, Wado-ryu, Shito-ryu, Kyoukushin-ryu, dan Goju-ryu. Masing-masing aliran mempunyai filosofi yang berbeda, namun masih memiliki konsep dasar yang sama.

Karate masuk di Indonesia bukan dibawa oleh tentara Jepang melainkan oleh mahasiswa- mahasiswa Indonesia yang kembali ke tanah air, setelah menyelesaikan pendidikannya di Jepang. Tahun 1963 beberapa Mahasiswa Indonesia antara lain: Baud AD Adikusumo, Kariato Djojonegoro, Mochtar Ruskan dan Ottoman Noh mendirikan Dojo di Jakarta. Mereka inilah yang mula-mula memperkenalkan karate (aliran Shoto-kan) di Indonesia, dan selanjutnya mereka membentuk wadah yang mereka namakan Persatuan Olahraga Karate Indonesia (PORKI) yang diresmikan tanggal 10 Maret 1964 di Jakarta.

Beberapa tahun kemudian berdatangan ex Mahasiswa Indonesia dari Jepang seperti Setyo Haryono (pendiri Gojukai), Anton Lesiangi, Sabeth Muchsin dan Chairul Taman yang turut mengembangkan *karate* di tanah air. Disamping ex Mahasiswa-mahasiswa tersebut di atas orang-orang Jepang yang datang ke Indonesia dalam rangka usaha telah pula ikut memberikan warna bagi perkembangan karate di Indonesia. Mereka-mereka ini antara lain: Matsusaki (*Kushinryu*-1966), Ishi (*Go juryu*-1969), Hayashi (*Shitoryu*-1971) dan Oyama (*Kyokushinkai*-1967). (Wahid, 2007:37-38).

Karate ternyata memperoleh banyak penggemar, yang implementasinya terlihat muncul dari berbagai macam organisasi karate, dengan berbagai aliran seperti yang dianut oleh masing-masing pendiri perguruan. Banyaknya perguruan

karate dengan berbagai aliran menyebabkan terjadinya ketidakcocokan diantara para tokoh tersebut, sehingga menimbulkan perpecahan di dalam tubuh PORKI. Namun akhirnya dengan adanya kesepakatan dari para tokoh-tokoh karate untuk kembali bersatu dalam upaya mengembangkan karate di tanah air sehingga pada tahun 1972 hasil Kongres ke IV PORKI, terbentuklah satu wadah organisasi karate yang diberi nama Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia (FORKI).

Sebagai seni beladiri yang telah mendunia dan memiliki beberapa aliran, karate masih tetap bisa mempertahankan konsep dasar dari ajaran Karate-Do. Contohnya di Indonesia sendiri, ada begitu banyak aliran seni beladiri karate. Banyak dari beberapa aliran tersebut yang menambahkan konsep pemikiran baru dalam ajarannya. Namun, mereka tidak menghapus ajaran dasar yang masih mengandung konsep *Zen* untuk terus dilestarikan karena memiliki manfaat yang baik bagi karateka. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk menjadikan karate sebagai bahan penelitian dengan judul “*Filosofi Zen Buddhisme yang Diaplikasikan Ke Dalam Seni Beladiri Karate Oleh Seorang Karateka*”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana awal mula keterkaitan *Zen Buddhisme* dengan ajaran Karate-Do?
- 2) Apa saja ajaran karate yang mengandung konsep *Zen*?

- 3) Adakah gerakan-gerakan dan ritual upacara dari seni bela diri karate yang terpengaruh oleh konsep *Zen*?
- 4) Bisakah konsep dan filosofi dari *Zen* yang terkandung dalam seni bela diri karate diterapkan di kehidupan sehari-hari oleh seorang karateka?
- 5) Bagaimana seni beladiri karate mampu mempertahankan nilai-nilai dasar karate yang mencerminkan budaya Jepang?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis tertarik membatasi masalah pada ajaran karate yang mengandung konsep *Zen* yang mencerminkan budaya Jepang, selain itu penulis juga tertarik mengenai filosofi yang terkandung dalam gerakan seni beladiri karate agar lebih bisa memahami bagaimana konsep *Zen* dan filosofi karate bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh seorang karateka.

1.4 Perumusan Masalah

Skripsi ini membahas tentang filosofi *Zen* Buddhisme yang terkandung dalam seni bela diri karate. Maka maka perumusan masalahnya adalah:

1. Filosofi *Zen* apa saja yang terkandung dalam seni beladiri karate?
2. Apa filosofi yang terdapat dalam setiap ajaran seni beladiri karate yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui filosofi *Zen* yang terkandung dalam gerakan seni beladiri karate.
2. Untuk mengetahui filosofi yang terdapat dalam setiap gerakan seni beladiri karate dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

1.5 Landasan Teori

Berdasarkan perumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, penulis skripsi ini menggunakan sumber data berupa teori-teori mengenai seni beladiri dan teori mengenai konsep *Zen* Buddhisme.

Seni beladiri dikembangkan untuk membela diri dan muncul akibat adanya keperluan manusia untuk mempertahankan dirinya dari ancaman luar. Selain itu seni beladiri merupakan suatu kumpulan gerakan tubuh yang tersusun secara sistematis, yang juga memiliki fungsi lain yang berguna bagi manusia seperti melatih dan membangun ketahanan fisik, mental, emosi dan spiritual.

Karate adalah seni beladiri yang menggunakan tangan kosong, yakni seni beladiri yang dapat mempertahankan diri dari serangan tanpa senjata apapun. Dalam karate, seseorang menggunakan tubuhnya sebagai senjata. *Karate* dalam bahasa Jepang terdiri dari dua huruf kanji (空) *Kara*= kosong ,(手) *Te*= tangan. Jadi, karate dapat diartikan sebagai “Tangan Kosong”. “Tangan Kosong” bisa diartikan menjadi dua. Pengertian yang pertama adalah “seni beladiri yang benar-

benar dengan tangan kosong, tanpa menggunakan senjata”. Pengertian yang kedua berkaitan dengan konsep *Zen* buddhisme tentang pelatihan spiritual. (Funakoshi, 1973:4).

“*Karate-Do*” (空手度), kata “*Do*” disini memiliki arti “jalan”. Namun, dalam konteks ini bisa diartikan sebagai cara atau pedoman, yang kemudian diindikasikan sebagai tata tertib dan filosofi dari karate. (Wahid, 2007:32)

Keharmonisan antara pikiran dan jasmani adalah penting dalam seni beladiri *karate*. *Karate* memiliki filosofi yang harus dimengerti oleh para karateka untuk mencapai “*Do*” yaitu jalan yang sebenarnya. Untuk mencapai “*Do*”, karateka harus memiliki sikap hormat, berpikir positif, berkonsentrasi yang penuh, berhati lembut, memiliki inisiatif dan rajin.

Ada tiga bentuk latihan yang harus dijalani oleh seseorang yang akan mempelajari *karate*, yaitu: *kihon* (latihan dasar), *kata* (jurus), dan *kumite* (teknik bertarung). Sebelum memulai latihan, seseorang wajib melakukan “*Taishou*”. Secara keolahragaan *Taishou* dapat diartikan sebagai peregangan atau pemanasan yang melengkapi sebuah proses latihan olahraga. Dalam *Karate-Do* pelaksanaan *Taishou* dilakukan sebelum dan sesudah proses teknik-teknik pokok (*Kihon*, *Kata*, *Kumite*) dilaksanakan. (Wahid, 2007:41)

Kihon dapat diartikan sebagai pondasi/ awal/akar. Dalam *Karate-Do*, *Kihon* lebih berarti bentuk-bentuk baku (kuda-kuda, tendangan, pukulan, tangkisan) yang menjadi acuan dasar dari semua teknik/ gerakan yang mungkin dilakukan dalam *Kata* maupun *Kumite*. (Wahid, 2007:47)

Kata secara harfiah berarti bentuk/rupa/potongan/corak. Dalam karate, *kata* adalah latihan bentuk resmi yang menggabungkan teknik-teknik dasar dalam karate : pukulan, tendangan, bertahan dan menangkis kedalam satu rangkaian pergerakan yang telah ditentukan. *Kata* adalah suatu bentuk latihan yang dibuat untuk melatih tubuh dan pikiran. Suatu ritual spiritual yang membawa orang yang berlatih *Kata* kepada suatu jalan akan pertumbuhan dan pengertian. *Kata* adalah jiwa dari latihan dan perkembangan Karate. (Johnson, 1994:33)

Kumite secara harfiah diartikan dengan “tangan-tangan yang bersilangan atau beradu”. Dalam pemahaman Karate-Do murni yang berlandaskan *Zen*, *kumite* tidak dianggap sebagai sebuah bentuk pertarungan, namun didefinisikan lebih jauh sebagai sebuah bentuk latihan dimana dua orang yang saling berhadapan dalam sebuah arena berusaha secara sportif untuk saling menunjukan teknik terbaik mereka kepada lawannya dengan tetap tunduk dalam aturan yang sangat ketat. (Wahid, 2007:83)

Zen adalah sebuah ajaran Buddha yang mengacu pada ajaran pengendalian diri untuk mencapai jalan yang sesungguhnya. *Zen* dipraktikkan dengan cara meditasi. Karena dengan maditasi kita bisa mengosongkan pikiran dan menjadi lebih fokus pada tujuan. Dengan adanya *zen* dalam seni bela diri karate, seni bela diri karate bukan hanya seni bela diri yang mengajarkan teknik membela diri, namun juga mengajarkan cara mengendalikan diri dalam mencari pencerahan atau tujuan. (Johnson, 1994:22)

ぜん、しぜん じんせい どうし ぶつきょうしゃ てつがく りょうがくてき
禅は、自然と人生を透視する仏教者の哲学であり、科学的な
しんしんかじれんほう ぜん も そくめん りょうがくてき かいめい
心身鍛練法である。禅の持つこれらさまざまな側面を科学的に解明する。
また、たしゅうきょう ひかく のうしょうりょうがく おうよう ざぜんけいけん
また、他宗教との比較、脳生科学の応用、いくつもの座禅経験などを

混^まぜ^て、禪^{ぜん}の全^{ぜん}本^{ほん}像^{ざう}を浮^うき彫^ぼりにする。ある意味^{いみ}で宗教^{しゆきう}を超^こえている。
(Koji, 1964: 17)

Zen melihat alam dan kehidupan melalui filsafat budha, mengajarkan dengan metode pelatihan pikiran dan tubuh. Macam-macam sisi yang dibawa oleh zen menjelaskan tipe pembelajaran tersebut. selain itu, dibandingkan dengan sekte lain, juga mengajarkan aplikasi pikiran yang sebenarnya, salah satunya dengan pengalaman meditasi dan lain-lain yang saling berkaitan, keseluruhan dari zen adalah kebebasan. (Koji, 1964:17)

Mu-shin secara harfiah diartikan sebagai “kekosongan”, atau sering juga diartikan dengan “pikiran tanpa pikiran”. *Mu-shin* ditulis dengan karakter kanji, yaitu kanji *mu* atau *nai* (無) dan kanji *kokoro* atau *shin* (心), sehingga secara harfiah *mu-shin* dapat diartikan dengan “tidak berhati”, “tidak berikiran” atau kosong. Ini adalah keadaan yang ingin dicapai oleh orang-orang melakukan *Zen*. (Suzuki, 1996:188).

Zazen merupakan metode praktek utama dalam *Zen*. Istilah *zazen* merupakan hasil terjemahan kedalam bahasa Jepang. “Za” dari *zazen* memiliki arti duduk bersila, sedangkan *zen* memiliki arti meditasi, sehingga secara harfiah *zazen* dapat diartikan sebagai meditasi dalam posisi duduk. *Zazen* merupakan praktek awal buddhisme untuk menempatkan pikiran kembali kepada keadaan awalnya, yakni keadaan bersih dan jernih, dimana seseorang dapat melihat dunia apa adanya. (Kangai, 1968: 70)

1.8 Sistematika Penulisan

Skripsi ini terdiri dari 4 bab yang akan disusun secara sistematis, yaitu :

Bab I merupakan pendahuluan yang membahas latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, perumusan masalah, landasan teori, metode penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II akan membahas tentang pengertian seni beladiri karate, perkembangan karate di Jepang, dan bentuk-bentuk ajaran dan pelatihan karate.

Bab III akan membahas tentang hubungan antara konsep Zen Buddhisme dengan filosofi seni beladiri karate.

Bab IV merupakan penutup, yang berisi kesimpulan dari pembahasan bab-bab yang sebelumnya.