

## BAB IV

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan metode kepustakaan bahwa di Indonesia terdapat cukup banyak pecinta seni bela diri Jepang, seperti *Karate*, *Judo*, *Kendo*, *Shorinji-Kenpo* dan lain-lain. Salah satu diantaranya yang banyak diminati oleh masyarakat Indonesia adalah *aikido*. *Aikido* merupakan seni bela diri Jepang yang ditemukan dan dikembangkan oleh Morihei Ushieba pada kisaran tahun 1920-an.

Hingga saat ini Institut *aikido* Indonesia telah memiliki 55 *dojo* (tempat latihan), dengan jumlah murid keseluruhan 987 orang yang belajar bela diri *aikido* tujuan diadakannya penerapan konsep *ki* dalam bela diri *aikido* agar mengetahui bahwa *ki* adalah konsep yang abstrak tidak bisa dilihat, namun bisa dirasakan dengan hati, perasaan dan pengetahuan. Sebab dalam *aikido* pertandingan adalah ego. *Aikido* adalah cara pembelaan diri, dimana tenaga penyerang dimanfaatkan sedemikian rupa untuk melawan dirinya sendiri. Selain itu, pembelaan diri dalam *aikido* menekankan relaksasi baik secara biologis, maupun psikologis. Dengan begitu, respon pembelaan diri terhadap serangan akan lebih baik dan tenaga tidak banyak terkuras.

*Ki* adalah jiwa, energi kehidupan. *Ki* inilah yang membuat *aikido* menjadi suatu bela diri yang unik. Dalam *aikido* tidak mengenal sistem kompetisi atau pertandingan, seperti bela diri- bela diri lainnya. Namun sistem kompetisinya lebih bersifat *embukai* (peragaan teknik). Sistem tingkatan yang harus dilalui oleh seorang praktisi *aikido* sama dengan yang digunakan oleh seni bela diri asal Jepang lainnya.

Berbeda dengan bela diri pada umumnya yang lebih mengutamakan pada latihan kekuatan fisik dan kecepatan, *aikido* lebih mendasarkan latihannya pada penguasaan diri dan kesempurnaan teknik. Beberapa teknis tertentu dikembangkan untuk menetralisasi serangan bersenjata seperti pedang, tongkat maupun pisau. Teknik pergerakan kaki *aikido* mirip dengan teknis pergerakan kaki pada bela diri *kenjutsu*, dimana pembela diri mempergunakan pergeseran

kaki *irimi* maupun *tenkan* ketika menghadapi serangan dan berusaha masuk ke pusat serangan.

Dalam *aikido*, pengertian *ki* akan terwujud dalam diri pelakunya melalui penyatuan pikiran dan tubuh oleh *ki* dengan alam semesta untuk mencapai keharmonisan. Bila proses penyelarasan tersebut berjalan dengan tidak sehat, dunia akan jatuh dalam kondisi kacau dan kebingungan akan muncul. Dengan demikian, kesatuan dan keselarasan *ki*, pikiran dan tubuh merupakan sarana bagi tercapainya kedamaian dunia.

