



PELATIHAN AIKIDO, SENI BELA DIRI TRADISIONAL JEPANG DI SD NEGERI 11 DAUH PURI

**Wayan Nurita¹⁾, Ladycia Sundayra²⁾
Carisha Helena Valencia Ambara³⁾**

*Japanese Literature, Faculty of Foreign Language, Mahasaraswati University Denpasar, Jalan
Kamboja No. 11A, Denpasar, Bali, 80233, Indonesia
Email: nuritabaliwayan@unmas.ac.id*

ABSTRAK

SD Negeri 11 Dauh Puri merupakan sekolah dasar yang memiliki fokus di bidang akademis dan non akademis. Adapun kegiatan non akademis yang banyak dilakukan adalah kesenian baik tari maupun olah raga. Kurangnya SDM untuk mengampu kegiatan non akademis menjadikan pelaksanaan kegiatan seni maupun olah raga menjadi terhambat. Pada observasi awal tim pengabdian menentukan hari pelatihan dan pengenalan tentang seni bela diri tradisional Jepang Aikido. Aikido tidak hanya merupakan kegiatan olah raga yang menekankan pada kegiatan fisik, tetapi juga mengajarkan tentang kedisiplinan, jiwa pantang menyerah dan memiliki unsur-unsur kebudayaan Jepang. Sehingga, pelatihan ini tidak hanya fokus pada kegiatan olah raga tetapi juga pengenalan kebudayaan Jepang.

Kata Kunci: *Seni Bela Diri, Aikido, Jepang*

PENDAHULUAN

Kegiatan di SD Negeri 11 Dauh Puri selain menitik beratkan pada kegiatan akademis, juga melaksanakan kegiatan non akademis seperti seni dan olah raga. Berdasarkan hasil peninjauan awal, pelaksanaan kegiatan non akademis masih terbilang kurang maksimal dikarenakan kurangnya SDM pengampu sehingga siswa-siswi memiliki banyak waktu luang. Pengalokasian waktu untuk kegiatan seni dan olah raga pada hari sabtu. Dengan adanya ruang untuk mengisi kegiatan seni, budaya dan olah raga, maka tim PKM Prodi Sastra Jepang mengusung salah satu program yang berkaitan dengan budaya Jepang, yaitu seni bela diri tradisional Jepang, Aikido. Aikido dirasa baik dikenalkan kepada siswa-siswi sekolah dasar karena selain memiliki unsur bela diri juga memiliki unsur seni dan budaya.



Aikido merupakan jenis bela diri dengan teknik tangan kosong berupa kunci, bantingan, serangan, pertahanan, pertahanan baik dalam posisi berdiri maupun duduk. Selain itu, terdapat pula teknik menggunakan senjata berupa pedang kayu, tongkat kayu, maupun pisau kayu. Aikido yang merupakan salah satu cabang olah raga bela diri menjadi penting karena selain melatih fisik juga untuk pertahanan diri.

Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, waktu luang yang dimiliki siswa pada hari Sabtu dapat diisi dengan pelatihan Aikido demi melatih fisik, mental dan pengenalan budaya asing. Selain itu, sesuai dengan pendapat Adi Susilo, bahwa bela diri tidak hanya menekankan pada sikap fisik, tetapi juga pada spirit yang kuat (2009: 15). Pendapat tersebut dikuatkan oleh Nitobe, bahwa kedisiplinan merupakan hal mutlak dalam bela diri sesuai nilai-nilai dari Bushido. Diharapkan pelatihan ini juga mampu melatih kedisiplinan bagi siswa-siswi SD Negeri 11 Dauh Puri.

METODE

Adapun tahapan yang dilaksanakan agar kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berlangsung dengan baik sebagai berikut.

1. Persiapan

Dalam tahap persiapan ini dilakukan observasi awal untuk mengetahui kebutuhan siswa untuk mengisi kegiatan non akademis. Selain itu menyiapkan bahan presentasi untuk pengenalan budaya Jepang dan pengenalan Aikido secara umum. Selain itu menyiapkan juga peralatan untuk praktek gerakan-gerakan dasar Aikido, seperti tongkat, matras dan lain-lain.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan PKM ini dilaksanakan selama satu semester. Kegiatan PKM dilaksanakan secara langsung di Desa Jatiluwih, Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan, Bali. Tim Pelaksana terdiri dari 2 orang dosen dan 3 orang mahasiswa yang berasal dari Program Studi Sastra Jepang Fakultas Bahasa Asing UNMAS Denpasar.

Sebelum merancang kegiatan, tim pelaksana menerapkan metode observasi. Tim pelaksana menerapkan metode observasi dengan teknik wawancara. Wawancara



merupakan percakapan tatap muka antara pewawancara dengan sumber informasi (Yusuf, 2014). Sebelum merancang kegiatan, tim pelaksana mendatangi lokasi kegiatan dan melaksanakan wawancara secara mendalam kepada kepala sekolah dan guru untuk mendapatkan informasi. Informasi yang diperoleh dari hasil wawancara dijadikan pedoman untuk merancang kegiatan pengabdian.

3. Evaluasi

Dalam tahap evaluasi, diadakan praktek gerakan-gerakan dasar aikido di lapangan SD Negeri 11 Dauh Puri untuk melihat hasil pelatihan dan perkembangan kemampuan siswa dalam menerima pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan sejak tanggal 21 Maret. Sebelum melakukan kegiatan, panitia melakukan observasi ke SD Negeri 11 Dauh Puri dengan berkoordinasi dengan kepala sekolah dan guru-guru. Setelah menentukan metode pelatihan dan materi, tim pelaksana melakukan pelatihan praktek aikido dan presentasi tentang budaya Jepang khususnya tentang nilai-nilai baik dalam Aikido di SD Negeri 11 Dauh Puri sebanyak 3 kali. Setelah pelatihan dan pengenalan budaya dirasa mumpuni kegiatan diakhiri dan dilanjutkan dengan pembuatan video reportase kegiatan, poster teknik-teknik Aikido. Tahapan-tahapan kegiatan terangkum dalam tabel berikut ini.

Tabel 1. Rincian Jadwal Kegiatan

Tanggal	Nama Kegiatan	Tempat Pelaksanaan
21 Maret	Melakukan observasi ke lapangan	SD Negeri 11 Dauh Puri
22 Maret-30 April	Persiapan	Kampus FBA Unmas Denpasar
1 Mei-25 Mei	Pelaksanaan Praktik Aikido dan Presentasi Seni dan Budaya Jepang	SD Negeri 11 Dauh Puri
26 – 31 Mei	Proses penyuntingan video reportase	Kampus FBA Unmas Denpasar
1 Juni – 8 Agustus	Penyusunan luaran-luaran pengabdian	Kampus FBA Unmas Denpasar

Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian bertempat di SD Negeri 11 Dauh Puri,



Denpasar. Kemudian untuk proses persiapan dan penyusunan luaran pengabdian dilakukan di Fakultas Bahasa Asing Universitas Mahasaraswati Denpasar yang beralamat lengkap di Jl. Kamboja No.11A, Dangin Puri Kangin, Kec. Denpasar Utara. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh dosen dan mahasiswa program studi Sastra Jepang, Fakultas Bahasa Asing, Universitas Mahasaraswati Denpasar. Tim pelaksana yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 2 orang dosen pendamping dan 3 orang mahasiswa. Kegiatan pengabdian ini melibatkan 3 orang mahasiswa yang berasal dari program studi Sastra Jepang Fakultas Bahasa Asing Unmas Denpasar. Mahasiswa bertugas sebagai pendamping pelaksanaan pelatihan aikido, kamerawan, dan menyunting video bersama dengan dosen pendamping. Adapun mahasiswa yang dilibatkan berasal dari semester 4 dan 6.

Sebelum merancang kegiatan, tim pelaksana menerapkan metode observasi dengan mendatangi lokasi kegiatan dan melaksanakan wawancara secara mendalam kepada pihak SD Negeri 11 Dauh Puri untuk mendapatkan informasi. Informasi yang diperoleh dari hasil wawancara dijadikan pedoman untuk merancang kegiatan pengabdian. Berdasarkan hasil observasi, diketahui bahwa banyaknya waktu luang yang dimiliki siswa-siswi SD Negeri 11 Dauh Puri di hari sabtu karena kurangnya SDM untuk mengampu kegiatan seni dan olah raga. Dari informasi yang didapat tim pengabdian menyusun kegiatan yang berkenaan dengan seni dan olah raga, yaitu pelatihan dan presentasi tentang seni bela diri Jepang, Aikido.



Gambar 1. Kegiatan Observasi Awal

Pada pelaksanaannya dosen dan mahasiswa melakukan diskusi terkait dengan metode pelatihan, teknis, penyusunan presentasi dan jadwal kegiatan pengabdian.

Setelah menyelesaikan materi presentasi, panitia menyiapkan perlengkapan yang nantinya akan digunakan dalam kegiatan PKM. Perlengkapan yang disiapkan berupa proyektor, tongkat Aikido dan ppt materi presentasi. Setelah itu, tim pelaksana melakukan kunjungan secara langsung ke SD Negeri 11 Dauh Puri guna melaksanakan pelatihan dan presentasi yang dilaksanakan di lapangan sekolah dan salah satu kelas di sekolah. Pengambilan gambar video menggunakan kamera handphone untuk pembuatan video reportase oleh mahasiswa.



Gambar 2. Pelatihan Aikido di SD Negeri 11 Dauh Puri



Gambar 3. Presentasi Budaya Jepang di SD Negeri 11 Dauh Puri



Pelatihan diawali dengan penjelasan tentang Aikido secara umum, kemudian praktik dan dilanjutkan dengan presentasi tentang seni dan budaya Jepang, salah satunya Aikido. Pelatihan dilaksanakan di lapangan SD Negeri 11 Dauh Puri dan presentasi dilaksanakan di kelas, setelahnya ada sesi tanya jawab, dimana siswa-siswi sangat antusias dalam sesi tanya jawab.



Gambar 4. Pengambilan video reportase

Pada tahap akhir kegiatan pengabdian ini dilakukan evaluasi dan pelaporan. Luaran kegiatan pengabdian ini berupa artikel jurnal, publikasi media masa dan video reportase yang kemudian akan didaftarkan HAKI.

Kegiatan pelatihan aikido sangat bermanfaat untuk melatih fisik dan mental siswa-siswi sekolah dasar. Kegiatan seperti ini akan lebih baik jika dapat dilakukan dengan intensitas waktu yang lebih panjang. Demi kebermanfaatan kegiatan, tim pelaksana membuat poster tentang aikido sebagai informasi yang nantinya dapat menjadi bekal siswa-siswi jika ingin menekuni seni bela diri, khususnya aikido.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan, diperoleh bahwa kegiatan yang berkaitan dengan olah raga sangat penting dimasukkan dalam kurikulum sekolah demi menjaga kesehatan fisik siswa-siswi. Khususnya pelatihan Aikido tidak hanya menitik beratkan pada pelatihan fisik, namun juga untuk melatih mental siswa siswi serta melatih kedisiplinan. Diharapkan melalui pelatihan ini dapat memberikan pengetahuan baru tentang seni, olah raga maupun budaya asing, khususnya budaya Jepang yang nantinya



dapat menambah wawasan siswa-siswi.

Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kegiatan non akademis, khususnya di bidang seni dan olah raga tradisional Jepang. Pada pengabdian selanjutnya diharapkan dapat memberikan pelatihan lainnya seperti seni kaligrafi, seni origami melipat kertas guna untuk meningkatkan daya kreativitas dan imajinasi siswa-siswi.

DAFTAR RUJUKAN

- Adi Susilo, Taufik. 2009. *Spirit Jepang: 30 Inspirasi & Kunci Sukses Orang Jepang*. Jogjakarta: AR-Ruzz Media.
- Andoko, Steve. 2006. *Comprehensive AIKIDO*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Davies & Ikeno. 2014. *The Japanese Mind: Understanding Contemporary Japanese Culture*. Tokyo: Tuttel Publishing.
- Nitobe, Inazo. 2004. *Bushido*. Tokyo: Suppansha International.
- Revaleo, Yosy. 2014. *Belajar Aikido: Bela Diri Atau Filosofi Hidup?*. Depok: Indie Publishing.
- Yusuf, Muri. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group ----- *International Journal of Aikido*. Tanggal 25 Mei 2003