

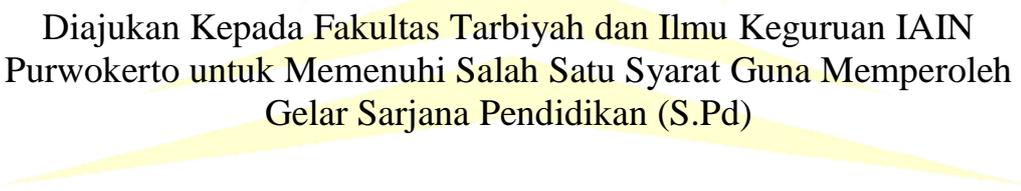
**PENGEMBANGAN KECERDASAN KINESTETIK SISWA  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER KARATE BKC  
(BANDUNG KARATE CLUB) DI SD NEGERI 2  
SOKARAJA TENGAH KABUPATEN BANYUMAS**



**IAIN PURWOKERTO**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN  
Purwokerto untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)



Oleh:  
**DEWI NUR ISNAENI**  
**NIM. 1522405009**

**PROGRAM PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH  
JURUSAN PENDIDIKAN MADRASAH  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PURWOKERTO  
2019**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dewi Nur Isnaeni

NIM : 1522405009

Jenjang : S-1

Jurusan/Prodi : Pendidikan Madrasah/PGMI

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Judul : PENGEMBANGAN KECERDASAN KINESTETIK SISWA  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER KARATE BKC  
(BANDUNG KARATE CLUB) DI SD NEGERI 2 SOKARAJA  
TENGAH KABUPATEN BANYUMAS

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

# IAIN PURWOKERTO

Purwokerto, 14 Juni 2019  
Saya yang menyatakan



**Dewi Nur Isnaeni**  
NIM. 1522405009



KEMENTERIAN AGAMA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERO  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
Alamat : Jl. Jend. A. Yani No. 40 A Purwokerto 53126  
Telp. 0281-635624, 628250, Fax : 0281-63653,

## PENGESAHAN

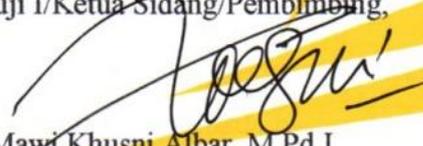
Skripsi Berjudul :

**PENGEMBANGAN KECERDASAN KINESTETIK SISWA  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULE KARATE BKC  
(BANDUNG KARATE CLUB) DI SD NEGERI 2 SOKARAJA TENGAH  
KABUPATEN BANYUMAS**

Yang disusun oleh saudari : Dewi Nur Isaneni NIM : 1522405009, Jurusan :  
Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) Fakultas Tarbiyah dan Ilmu  
Keguruan Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, telah diujikan pada tanggal :  
30 April 2019 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada sidang Dewan Penguji Skripsi.

Penguji I/Ketua Sidang/Pembimbing,

Penguji II/Sekretaris Sidang,

  
Mawi Khusni Albar, M.Pd.I  
NIP: 19830208 201503 1 001

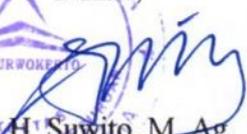
  
Zuri Pamuji, M.Pd.I  
NIP: 19830316 201503 1 005

**IAIN PURWOKERTO**

Penguji Utama,

  
Dr. Sumiarti, M. Ag  
NIP: 19730125 200003 2 001

Mengetahui,  
Dekan,

  
Dr. H. Suwito, M. Ag.  
NIP: 19710424 199903 1 002



## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth,  
Dekan FTIK IAIN Purwokerto  
Di Purwokerto

*Assalamu'alaikum wr.wb*

Setelah melaksanakan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari :

Nama : Dewi Nur Isnaeni

NIM : 1522405009

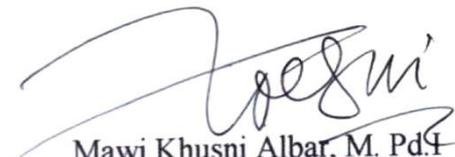
Judul Skripsi: **Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Kegiatan Ektrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

*Wassalamu'alaikum wr.wb*

**IAIN PURW**

Purwokerto, 14 Juni 2019  
Dosen Pembimbing

  
Mawi Khusni Albar, M. Pd  
NIP. 19830208201503 1 001

**PENGEMBANGAN KECERDASAN KINESTETIK SISWA  
MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER KARATE BKC  
(BANDUNG KARATE CLUB) DI SD NEGERI 2 SOKARAJA TENGAH  
KABUPATEN BANYUMAS**

**Dewi Nur Isnaeni  
1522405009**

**Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto**

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi bahwa anggapan orang mengenai kecerdasan atau kepandaian yang dinilai hanya dengan menggunakan kemampuan intelektual melalui tes IQ saja. Padahal sejak lahir anak sudah di anugerahi sebuah kecerdasan dan terus menerus dapat dikembangkan hingga dewasa. Salah satu cara untuk mengembangkan kecerdasan pada anak adalah mengikutsertakan anak dalam kegiatan ekstrakurikuler. Dengan mengikuti ekstrakurikuler di sekolah maka anak dapat mengembangkan kecerdasan yang dimilikinya. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang mampu mengembangkan kecerdasan kinestetiknya adalah ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club).

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis tentang bagaimana pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*field research*). Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Subjek penelitian ini adalah Kepala Sekolah, pembina, pelatih ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club), dan siswa. Sedangkan yang menjadi objek penelitian adalah proses pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club). Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Adapun analisis pada penelitian ini adalah *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), dan *conclusion drawing* (penarikan kesimpulan).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan kecerdasan kinestetik siswa yang dilakukan melalui kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club), meliputi 5 (empat) cara, yaitu bergabung dengan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club), bergerak melibatkan aktifitas fisik, berlatih teknik dasar bela diri karate BKC (Bandung Karate Club), berlatih secara teratur serta memantau perkembangan kinestetik siswa. Dalam hal ini siswa mampu mengembangkan komponen kecerdasan kinestetik dalam kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) yaitu koordinasi, keseimbangan, kekuatan dan kecepatan.

**Kata kunci : Pengembangan kecerdasan kinestetik, ekstrakurikuler karate BKC**

## MOTTO

وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَرَهُ تَقْدِيرًا

“Dia Menciptakan segala sesuatu, lalu menetapkan ukuran-ukurannya dengan tepat” (QS. Al-Furqon : 2)<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: Sygma Examedia, 2015), hlm. 359

## PERSEMBAHAN

### *Bismillahirrahmanirrahiim*

*Alhamdulillah, sujud syukurku kepada Allah SWT atas segala nikmat yang Engkau berikan. Dengan izin-Mu skripsi ini dapat terelesaikan. Semoga ilmu yang Engkau berikan bermanfaat baik di dunia maupun di akhirat nanti.*

*Kupersembahkan sebuah skripsi ini untuk Bapakku (Haris Setiadi) dan Ibuku (Aris Setiyani) tercinta, yang selalu mendoakanku, memberikan kasih sayang yang luar biasa serta memberikan dukungan. Terimakasih atas segala bentuk pengorbanan yang telah bapak ibu berikan selama ini. Tak ada yang dapat aku berikan selain do'a yang akan terus aku panjatkan kepada Allah SWT agar bapak ibu sehat selalu dan dalam lindunganNya.*

*Suamiku (Didik Siswanto) dan anak-anakku (Davin dan Dirga) yang tak pernah putus mendoakan, menemani setiap suka maupun duka, memberikan semangat dan motivasi agar aku tak mudah menyerah.*

*Almamater tercinta, IAIN Purwokerto*

**IAIN PURWOKERTO**

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Alhamdulillah segala puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya dan memberikan kita kehidupan sampai sekarang ini sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas”.

Shalawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi Agung Muhammad SAW sebagai suri tauladan yang selalu kita nantikan syafa'atnya di *yaumul* akhir nanti. Aminn

Selanjutnya dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini. Karena penulis sadar, dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, motivasi, serta doa restu dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis dengan hormat mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. H. Moh. Roqib, M. Ag., Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
2. Dr. Fauzi, M. Ag., Wakil Rektor I Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
3. Dr. H. Ridwan, M. Ag., Wakil Rektor II Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
4. Dr. H. Sulkhan Chakim, S. Ag., M.M., Wakil Rektor III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
5. Dr. H. Suwito, M. Ag., Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto

6. Dr. Suparjo, M.A., Wakil Dekan I Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
7. Dr. Subur, M. Ag., Wakil Dekan II Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
8. Dr. H. Sumiarti, M. Ag., Wakil Dekan III Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
9. H. Siswadi, M. Ag., Ketua Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah sekaligus Ketua Program Studi PGMI
10. Dr. Maria Ulpah, S. Si, M. Si., Penasehat Akademik PGMI A Angkatan 2015 Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
11. Mawi Khusni Albar, M. Pd.I., Selaku Dosen Pembimbing Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto, yang telah mengarahkan dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Segenap Dosen dan Staf Administrasi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
13. Mujiyatno, S.Pd., Kepala SD Negeri 2 Sokaraja Tengah, yang telah memberikan izin serta bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Sahrul Safangat, S.Pd., selaku Guru Pembina Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), atas bantuannya dalam penelitian dan menyelesaikan skripsi ini.
15. Segenap Dewan Guru dan Karyawan SD Negeri 2 Sokaraja Tengah.
16. Bapak Haris Setiadi dan Ibu Aris Setiyani, selaku orang tua penulis, Terimakasih atas do'a, kasih sayang dan dukungan yang telah diberikan selama ini sehingga tugas ini dapat terselesaikan dengan baik.
17. Suamiku Didik Siswanto yang tak pernah lupa memberikan do'a terbaik, kasih sayang dan semangat untuk penulis sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
18. Anak-anakku Davindra Megantara Siswanto dan Dirgantara Mahanta Siswanto yang selalu memberikan kebahagiaan dan selalu memanjatkan do'a untuk penulis.

19. Keluarga besar dan saudara penulis Martono (Kakek), Martini (Nenek), Desi Hidayanti (Bibi), Sutrisno Septianto (Paman), Haryanto (Paman), Dhanu Wibawa Sutrisno (Adik), dan Ayudisa Rajwa Ercillia (Adik) yang selalu mendo'akan dan memberikan motivasi.
20. Mirli Atun Sholihah dan Meinar Farah Dina Najla sahabat yang telah memberikan motivasi dan dukungan serta do'a
21. Teman-teman seperjuangan prodi PGMI A angkatan 2015, terimakasih atas perjuangan dan kebersamaan kalian selama empat tahunnya.
22. Semua pihak yang telah membantu baik moril maupun materil, yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu per satu. Semoga perjuangan kita akan diberkahi Allah SWT.

Tidak ada yang dapat penulis sampaikan kecuali ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya dan setulus-tulusnya serta permohonan maaf. Semoga segala bantuan yang diberikan akan diberi balasan yang lebih baik oleh Allah SWT.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyadari akan kekurangan yang dimiliki, sehingga dalam penyusunan skripsi ini pastinya ada banyak kesalahan serta kekurangan, baik dari segi kepenulisan, maupun dari segi keilmuan. Maka penulis tidak menutup diri untuk menerima kritik serta saran guna perbaikan di masa yang akan datang. Dan mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi penulis pribadi serta bagi pembaca nantinya.

Purwokerto, 14 Juni 2019  
Penulis,



Dewi Nur Isnaeni  
NIM. 1522405009

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I           PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Definisi Operasional .....	5
C. Rumusan Masalah .....	7
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	7
E. Kajian Pustaka .....	8
F. Sistematika Pembahasan .....	11
<b>BAB II           KECERDASAN           KINESTETIK           DAN</b> <b>                          EKSTRAKURIKULER KARATE (BKC) BANDUNG</b> <b>                          KARATE CLUB PADA ANAK USIA SD</b>	

A. Konsep Kecerdasan Kinestetik .....	13
1. Pengertian Kecerdasan Kinestetik .....	13
2. Karakteristik Kecerdasan Kinestetik .....	20
3. Pentingnya Kecerdasan Kinestetik .....	23
4. Cara Menstimulus Kecerdasan Kinestetik Pada Anak .....	25
B. Kegiatan Ekstrakurikuler .....	27
1. Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler .....	27
2. Visi dan Misi Kegiatan Ekstrakurikuler.....	29
3. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler .....	29
4. Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler .....	30
5. Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler .....	32
C. Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) .....	33
1. Pengertian Bela Diri Karate .....	33
2. Sejarah Bela Diri Karate .....	34
3. Sejarah BKC (Bandung Karate Club).....	38
4. Gerakan Dasar Bela Diri Karate BKC .....	39
5. Pendekatan atau Cara Pengajaran Karate .....	41
D. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar .....	42
E. Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club) .....	42

### **BAB III      METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	45
B. Lokasi Penelitian .....	46
C. Objek Penelitian.....	46
D. Subjek Penelitian .....	47
E. Teknik Pengumpulan Data .....	48
F. Teknik Analisis Data .....	51

**BAB IV      PENGEMBANGAN    KECERDASAN    KINESTETIK  
SISWA MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER  
KARATE BKC (BANDUNG KARATE CLUB)    DI SD  
NEGERI 2 SOKARAJA TENGAH**

A. Penyajian Data .....	54
1. Gambaran Umum SD Negeri 2 Sokaraja Tengah .....	54
a. Letak Geografis .....	54
b. Profil SD Negeri 2 Sokaraja Tengah .....	54
c. Visi dan Misi SD Negeri 2 Sokaraja Tengah .....	55
d. Keadaan Guru dan Karyawan .....	56
e. Keadaan Siswa .....	58
f. Sarana dan Prasarana .....	58
2. Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) .....	61
B. Analisis Data .....	69

**BAB V      PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	75
B. Saran-saran .....	76
C. Kata Penutup .....	77

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

## DAFTAR TABEL

- Tabel 1 Jumlah Peserta Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas
- Tabel 2 Jumlah Observasi di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas
- Tabel 3 Jumlah Wawancara di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas
- Tabel 4 Daftar Guru dan Karyawan SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2018/2019
- Tabel 5 Data Peserta Didik SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2018/2019
- Tabel 6 Keadaan Prasarana Gedung SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2018/2019
- Tabel 7 Meubelair di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2018/2019
- Tabel 8 Peralatan dan Inventaris Kantor SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2018/2019

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Pedoman Observasi, Wawancara, dan Dokumentasi
- Lampiran 2 Hasil Wawancara
- Lampiran 3 Hasil Observasi
- Lampiran 4 Data Siswa Ekstrakurikuler Karate BKC
- Lampiran 5 Foto Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC
- Lampiran 6 Surat Pemberitahuan Ekstrakurikuler
- Lampiran 7 Jadwal Kegiatan Ekstrakurikuler
- Lampiran 8 Blangko Pengajuan Judul Skripsi
- Lampiran 9 Permohonan Ijin Observasi Pendahuluan
- Lampiran 9 Blangko Pengajuan Seminar Proposal
- Lampiran 10 Permohonan Persetujuan Judul Skripsi
- Lampiran 11 Surat Keterangan Persetujuan Judul Skripsi
- Lampiran 12 Rekomendasi Seminar Proposal Skripsi
- Lampiran 13 Surat Keterangan Mengikuti Seminar Proposal
- Lampiran 14 Berita Acara Ujian Proposal Skripsi
- Lampiran 15 Surat Keterangan Seminar Proposal Skripsi
- Lampiran 16 Permohonan Ijin Riset Individual
- Lampiran 17 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 18 Blangko Bimbingan Skripsi

Lampiran 19 Berita Acara mengikuti sidang munaqosyah skripsi

Lampiran 20 Surat Keterangan Ujian Komprehensif

Lampiran 21 Surat Keterangan Waqaf Perpustakaan

Lampiran 22 Sertifikat BTA/PPI

Lampiran 23 Sertifikat Pengembangan Bahasa Arab

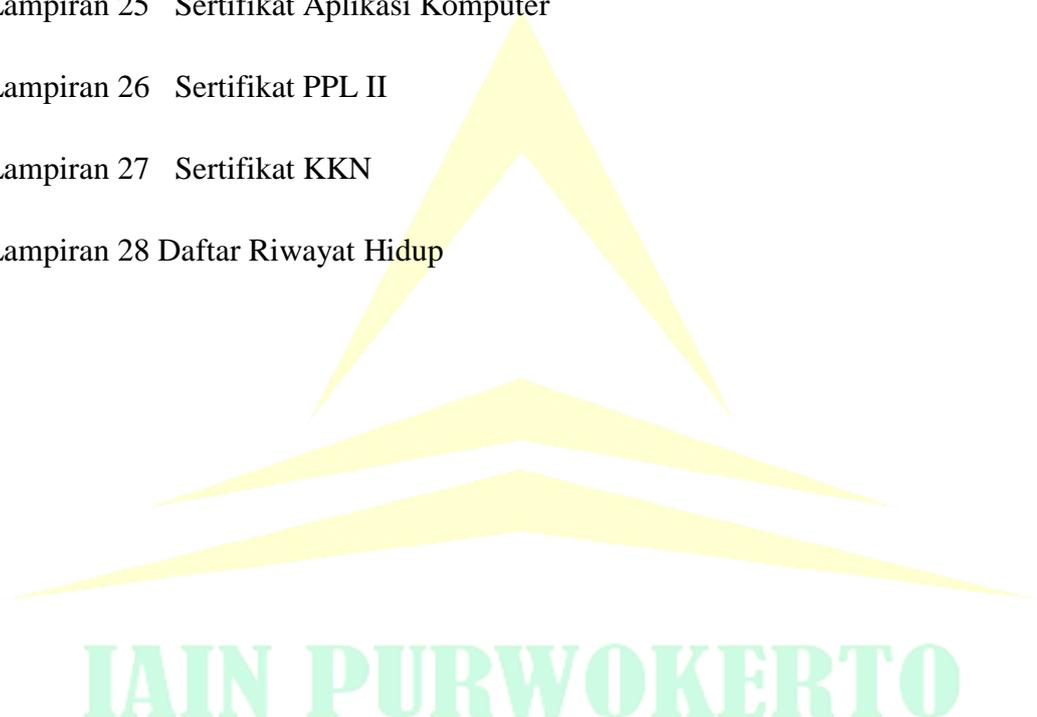
Lampiran 24 Sertifikat Pengembangan Bahasa Inggris

Lampiran 25 Sertifikat Aplikasi Komputer

Lampiran 26 Sertifikat PPL II

Lampiran 27 Sertifikat KKN

Lampiran 28 Daftar Riwayat Hidup



**IAIN PURWOKERTO**

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Tidak ada anak yang bodoh atau pintar, yang ada adalah anak yang menonjol dalam salah satu atau beberapa jenis kecerdasan.<sup>2</sup> Sejak lahir anak sudah di anugerahi sebuah kecerdasan dan terus menerus dapat dikembangkan hingga dewasa. Faktor kecerdasan yang dapat mempengaruhi anak dapat berubah sesuai faktor lingkungan, termasuk lingkungan sekolah yang dapat mendorong kemampuan anak. Sekolah memiliki peran penting dalam upaya mendidik anak agar mampu mengelola kecerdasan yang dimiliki dengan baik. Selain itu, apabila guru dapat memberikan kesempatan yang berbeda sesuai dengan dimensi kecerdasan yang dimiliki oleh anak maka besar kemungkinan keberhasilan anak dalam menuntaskan indikator yang merupakan hasil belajar yang diharapkan dapat dikuasainya.<sup>3</sup>

Selama ini sebagian orang meyakini bahwa orang yang cerdas atau pandai adalah orang yang selalu menduduki peringkat 1 (satu) di kelasnya, orang yang cerdas adalah dia yang mampu mengerjakan soal matematika yang begitu rumit dan sulit dalam waktu yang begitu singkat dan benar semua, orang yang mampu menghafal sesuatu dengan cepat, dan tentu masih banyak lagi asumsi dan keyakinan yang terkait dengan kecerdasan atau kepandaian seseorang.<sup>4</sup> Padahal kecerdasan bukanlah sesuatu yang bersifat tetap. Kecerdasan bagaikan sekumpulan keterampilan yang dapat ditumbuhkan dan dikembangkan.

Kecerdasan dapat diartikan sebagai keseluruhan kemampuan individu untuk memperoleh pengetahuan, menguasainya, mempraktikannya dalam suatu masalah. Kecerdasan sebagai kemampuan untuk memecahkan masalah dan

---

<sup>2</sup> Sri Widayati dan Utami Widijati, *Mengoptimalkan 9 Zona Kecerdasan Majemuk Anak*, (Jogjakarta: Luna Publisher, 2008), hlm. 3

<sup>3</sup> Yuliani Nuraini Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*, (Jakarta: PT Indeks, 2010) hlm. 52

<sup>4</sup> Asef Umar Fakhruddin, *Sukses Menjadi Guru PAUD*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), hlm.73

menciptakan produk yang mempunyai nilai budaya baru.<sup>5</sup> Kecerdasan merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk melihat suatu masalah, lalu menyelesaikan masalah tersebut atau membuat sesuatu yang dapat berguna bagi orang lain.<sup>6</sup> Dengan kecerdasan, manusia dapat terus mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidupnya yang semakin kompleks, melalui proses berfikir dan belajar terus menerus.<sup>7</sup>

Dalam teori kecerdasan majemuk dinyatakan bahwa kecerdasan meliputi sembilan kemampuan intelektual. Teori tersebut didasarkan pada pemikiran Gardner (2003) menegaskan bahwa kemampuan intelektual yang diukur melalui tes IQ sangatlah terbatas karena tes IQ hanya menekankan pada kemampuan logika (matematika) dan bahasa, padahal setiap orang mempunyai cara yang unik untuk menyelesaikan persoalan yang dihadapinya. Kecerdasan bukan hanya dilihat dari nilai yang diperoleh seseorang. Teori kecerdasan majemuk seperti yang di usulkan Gardner pada tahun 1983 mengklaim bahwa setidaknya ada delapan jenis kecerdasan manusia yang berbeda dan hanya satu jenis kecerdasan yang dominan. Beberapa kecerdasan tersebut adalah sebagai berikut : kecerdasan linguistik-verbal, matematis-logis, visual-spasial, gerak-kinestetik, irama-musik, interpersonal, intrapersonal, dan naturalis.<sup>8</sup>

Kecerdasan jasmaniah-kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh tubuh dalam mengekspresikan ide, perasaan, dan menggunakan tangan untuk menghasilkan atau mentransformasi sesuatu. kecerdasan ini mencakup keterampilan khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, fleksibilitas dan kecepatan. Kecerdasan ini juga meliputi keterampilan untuk mengontrol gerakan-gerakan tubuh dan kemampuan memanipulasi objek.<sup>9</sup> Orang yang mempunyai kecerdasan ini

---

<sup>5</sup> Thomas Amstrong, *Setiap anak cerdas! Panduan membantu anak belajar dengan memanfaatkan multiple intelligence-nya*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2013) hlm. 19.

<sup>6</sup> Khabib Sholeh dkk, *Kecerdasan Majemuk Berorientasi Pada Peserta Didik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), hlm. 23

<sup>7</sup> Nandang Kosasih, *Pembelajaran Quantum dan Optimalisasi Kecerdasan*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm.170

<sup>8</sup> Khabib Sholeh dkk, *Kecerdasan.....*, hlm. 25

<sup>9</sup> Muhammad Yaumi, *Pembelajaran Berbasis Multiple Intellegences*, (Jakarta: PT Dian Rakyat, 2012), hlm. 17

biasanya memproses informasi melalui perasaan yang dirasakan melalui aspek badaniah atau jasmaniah. Mereka sangat hebat dalam mengerakkan otot-otot besar dan kecil dan senang melakukan aktifitas fisik dan berbagai jenis olahraga.<sup>10</sup>

Setiap anak pastinya mempunyai kecerdasan kinestetik hanya saja tingkatannya yang berbeda. Kecerdasan yang dimiliki oleh setiap anak seyogyanya harus dikembangkan melalui kegiatan yang berhubungan dengan pengembangan diri anak. Pengembangan diri bukan merupakan mata pelajaran yang harus diasuh oleh guru dengan sendirinya. Pelaksanaan kegiatan pengembangan diri jelas berbeda dengan pelaksanaan kegiatan belajar mengajar mata pelajaran.<sup>11</sup> Salah satu cara yang dilakukan oleh sekolah dalam mengembangkan kecerdasan pada anak khususnya pengembangan kecerdasan kinestetik yaitu dengan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler.

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 tentang kegiatan ekstrakurikuler pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah menjelaskan bahwa “Kegiatan Ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan. Sedangkan tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal dalam rangka mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional”.<sup>12</sup> Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler diharapkan mampu menampung semua bakat yang dimiliki siswa di sekolah.

Oleh karena itu penting bagi sekolah untuk mengupayakan pengembangan kecerdasan yang dimiliki siswa, salah satunya yaitu kecerdasan kinestetik yang dimiliki siswa. Kecerdasan kinestetik merujuk pada

---

<sup>10</sup> Gary A. Davis, Anak Berbakat dan Pendidikan Keberbakatan, (Jakarta: PT Indeks, 2012), hlm.60

<sup>11</sup> Isjoni, KTSP Sebagai Pembelajaran Visioner, (Bandung : Alfabeta,2010), hlm. 85

<sup>12</sup> [http://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/permendikbud\\_62\\_14.pdf](http://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/permendikbud_62_14.pdf). Diakses pada hari Senin, 24 Desember 2018 pukul 19.00 WIB

pengontrolan semua atau sebagian tubuh orang untuk melaksanakan gerakan, seperti yang dibutuhkan oleh penari dan atlet.<sup>13</sup>

SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas adalah salah satu sekolah yang memberikan perhatian terhadap pengembangan kecerdasan kinestetik pada siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler. Berdasarkan observasi pendahuluan dan wawancara langsung dengan bapak Mujiyatno, S.Pd selaku kepala sekolah pada tanggal 3 Agustus 2018, diperoleh informasi bahwa SD Negeri 02 Sokaraja Tengah memiliki banyak kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan, terdapat dua kategori kegiatan ekstrakurikuler, yaitu kegiatan ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Ekstrakurikuler wajib adalah kegiatan yang wajib diikuti oleh seluruh peserta didik. Sedangkan ekstrakurikuler pilihan adalah peserta didik dapat memilih salah satu kegiatan atau lebih dari satu kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan potensi, bakat, dan minat. Sedangkan ekstrakurikuler pilihan terbagi dalam berbagai bidang.

Adapun ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas yaitu : hadroh, seni tari, sepak bola, pramuka, pencak silat pusaka kusuma, karate BKC (Bandung Karate Club). Pramuka merupakan kegiatan ekstrakurikuler wajib. Pengembangan kecerdasan kinestetik siswa tersalur dalam berbagai macam ekstrakurikuler, salah satunya ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) yang banyak diminati oleh siswa. Adapun ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) dilaksanakan setiap hari Kamis pada pukul 14.00 sampai 15.30 WIB bertempat di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah. Ekstrakurikuler ini sudah berjalan kurang lebih 3 tahun yang di latih oleh bapak Sugeng Wiwit serta selaku pembina atau penanggung jawab kegiatan ekstrakurikuler adalah Bapak Sahrul Safangat, S.Pd selaku guru kelas VI.<sup>14</sup>

SD Negeri 02 Sokaraja Tengah memiliki keunggulan dalam hal kegiatan ekstrakurikuler karena merupakan satu-satunya sekolah di wilayah Sokaraja Tengah yang memperhatikan potensi, bakat dan minat yang dimiliki siswanya,

---

<sup>13</sup> Gary A. Davis, *Anak Berbakat.....*, hlm.60

<sup>14</sup> Hasil Wawancara di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah pada hari Jum'at tanggal 3 Agustus 2018 pukul 10.00 WIB

salah satunya yaitu kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club). Kegiatan ekstrakurikuler karate merupakan kegiatan ekstrakurikuler favorit karena banyak siswa yang mengikutinya. Adapun siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) adalah siswa yang memiliki potensi kecerdasan kinestetik. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club), tidak hanya memiliki kecerdasan kinestetik akan tetapi juga memiliki kecerdasan lainnya dan mereka dapat memperoleh prestasi di bidang akademik maupun non akademik.

Dengan beragamnya kegiatan ekstrakurikuler yang ditawarkan, diharapkan dapat menumbuhkan dan menambahkan motivasi siswa agar siswa dapat memilih kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan bakat mereka, sehingga dapat dikembangkan secara optimal. Dari latar belakang masalah di atas peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang “Pembangunan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas”

## **B. Definisi Operasional**

Untuk menghindari kesalahpahaman dari judul ini maka peneliti memandang perlu untuk terlebih dahulu memberikan penjelasan mengenai istilah yang terkandung dalam judul skripsi ini sekaligus beserta penjelasannya.

### **1. Pembangunan Kecerdasan Kinestetik**

Pembangunan artinya proses, cara, perbuatan mengembangkan.<sup>15</sup>

Pembangunan merupakan kegiatan perencanaan pengembangan yang menghasilkan alat atau sesuatu yang baru yang sudah pernah ada yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas yang lebih maju.

Kecerdasan kinestetik memungkinkan kita manusia membangun hubungan yang penting antara pikiran dan tubuh, dengan demikian

---

<sup>15</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2002, hlm. 258

memungkinkan tubuh untuk memanipulasi obyek dan menciptakan gerakan.<sup>16</sup>

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengembangan kecerdasan kinestetik adalah suatu proses yang dilaksanakan untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki seseorang atau siswa dalam mengembangkan seni gerak olah tubuh dengan baik.

## 2. Kegiatan Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan di luar rencana pembelajaran atau pendidikan di luar kurikulum. Pengembangan kepribadian peserta didik merupakan inti dari pengembangan kegiatan ekstrakurikuler. Karena itu, profil kepribadian yang matang atau kaffah merupakan tujuan utama kegiatan.<sup>17</sup>

## 3. Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club)

BKC adalah singkatan dari Bandung Karate Club dan Bina Ksatria Cita pada pengertian yang sebenarnya. Didirikan di Bandung pada tanggal 16 Juni 1966 oleh Iwa Rahadian Arsanata. BKC berpusat di kota Bandung Jawa Barat Indonesia dengan cabang-cabangnya yang tersebar di seluruh wilayah Tanah Air Indonesia. Secara umum BKC bertujuan untuk membina setiap anggota menjadi insan bela diri yang mandiri, yang memahami makna hidup dan kehidupan. Sehingga pada akhirnya, ilmu yang di peroleh dapat bermanfaat bagi kehidupan masyarakat.<sup>18</sup>

## 4. SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas

SD Negeri 02 Sokaraja Tengah adalah lembaga pendidikan tingkat dasar yang berada di bawah naungan Departemen Pendidikan Republik Indonesia, yang terletak di Jl. Krida Mandala No. 17, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas, Kode Pos 53181.

---

<sup>16</sup> May Lwin dkk, *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*, (Yogyakarta: Indeks, 2008), hlm. 167

<sup>17</sup> Novan Ardy Wiyani, *Pendidikan Karakter Berbasis IMAN dan TAQWA*, (Yogyakarta: Teras, 2012), hlm. 163-165

<sup>18</sup> <http://bandung-karate-club.blogspot.com/p/sejarah-bkc.html>. Diakses pada hari Sabtu, 15 September 2018. Pukul 21.00 WIB

Dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas adalah suatu proses untuk mengembangkan kemampuan atau potensi yang dimiliki siswa SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas dengan membangun hubungan yang penting antara pikiran dan tubuh, dengan memungkinkan tubuh untuk memanipulasi obyek dan menciptakan gerak melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club).

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah penulis kemukakan di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

“Bagaimana Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas?”

### **D. Tujuan dan Manfaat**

#### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan bagaimana Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas.

#### **2. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **a. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi ilmiah dalam rangka memperluas pemahaman tentang pengembangan kecerdasan kinestetik melalui kegiatan ekstrakurikuler di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah.

## b. Manfaat Praktis

### 1) Bagi Siswa

Dengan adanya pengembangan kecerdasan kinestetik pada siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah diharapkan siswa dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik yang telah dimiliki dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

### 2) Bagi Pembina dan Pelatih Ekstrakurikuler

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai sumber tambahan wawasan dan introspeksi dalam pelaksanaan pengembangan kecerdasan kinestetik pada siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC yang dilakukan di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah.

### 3) Bagi Sekolah

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan untuk meningkatkan mutu pendidikan serta dapat memaksimalkan kecerdasan kinestetik yang ada pada siswa melalui ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club).

### 4) Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memberikan pengalaman, kemampuan serta keterampilan peneliti mengenai cara mengembangkan kecerdasan kinestetik pada siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club).

## E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka ini diperlukan setiap penelitian dalam rangka mewujudkan penulisan skripsi yang profesional dan mencapai target yang maksimal dengan mencari teori-teori, generalisasi yang dapat dijadikan dasar pemikiran dalam penusunan laporan penelitian serta menjadikan dasar pijakan bagi penelitian dalam memposisikan penelitiannya.

Ada beberapa penelitian yang telah dilakukan yang berkaitan dengan judul tema yang penulis angkat, antara lain:

Penelitian pertama dilakukan oleh Ummu Mufidatun Aini (2016). Dari penelitian tersebut menjelaskan bagaimana pengembangan kecerdasan kinestetik pada siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler Bela Diri Tapak Suci di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kabupaten Banyumas. Pelaksanaan pengembangan kecerdasan kinestetik yaitu melalui kegiatan ekstrakurikuler Bela Diri Tapak Suci, melalui 6 (enam) cara, yaitu bergabung dengan ekstrakurikuler Bela Diri Tapak Suci, melibatkan fisik dalam proses latihan, mengaplikasikan gerakan ke dalam jurus Bela Diri Tapak Suci, melakukan latihan gerakan secara berulang-ulang, membagi siswa dalam kategori seni dan pertarungan, dan memantau siswa. Terdapat perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang peneliti lakukan. Lokasi penelitiannya di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul, sedangkan penelitian penulis adalah SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas. Fokus penelitian yang berbeda yaitu ekstrakurikuler bela diri tapak suci, sedangkan penulis ekstrakurikuler bela diri karate Bandung Karate Club (BKC). Persamaan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang kecerdasan kinestetik.<sup>19</sup>

Penelitian kedua dilakukan oleh Isna Fatimatuz Zahro (2017). Dari penelitian tersebut menjelaskan bagaimana pengembangan kecerdasan kinestetik pada siswa melalui ekstrakurikuler tari saman di MI Ma'arif NU 1 Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas. Pelaksanaan pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler tari saman dapat dilakukan melalui bergabung dengan ekstrakurikuler tari, berlatih gerak dengan menirukan gerakan, berlatih teknik gerakan tari saman, berlatih menari tari saman dan berlatih kecepatan gerakannya, serta memantau perkembangan kinestetik siswa. Terdapat perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang peneliti lakukan. Lokasi penelitiannya di MI Ma'arif NU Pageraji, sedangkan lokasi penelitian penulis adalah SD Negeri 02

---

<sup>19</sup> Ummu Mufidatun Aini, *Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Tapak Suci di MI Muhammadiyah Karanglewas Kidul Kabupaten Banyumas*, (Purwokerto, 2016)

Sokaraja Tengah. Fokus penelitian yang berbeda yaitu ekstrakurikuler tari saman, sedangkan penulis ekstrakurikuler bela diri karate Bandung Karate Club (BKC). Persamaan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang kecerdasan kinestetik melalui kegiatan ekstrakurikuler.<sup>20</sup>

Penelitian ketiga dilakukan oleh Zulfatur Rofiqoh (2018). Dari penelitian tersebut menjelaskan bagaimana pengembangan kecerdasan musikal pada siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler marching band di MIN Model Slarang Kidul Kabupaten Tegal. Pelaksanaan pengembangan kecerdasan musikal siswa melalui ekstrakurikuler marching band dapat dilakukan melalui menyeleksi kemampuan siswa dalam bermain alat musik dan menari atau bergerak mengikuti irama, bernyanyi, bermain notasi musik, berlatih memainkan alat musik, berlatih menari atau bergerak mengikuti irama, memainkan berbagai jenis lagu atau musik dan meminta siswa untuk menjelaskan apa yang mereka rasakan dan memantau perkembangan kemampuan musikal pada siswa. Terdapat perbedaan yaitu lokasi penelitiannya di MIN Model Slarang Kidul, sedangkan lokasi penelitian penulis di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah. Fokus penelitian juga berbeda yaitu kecerdasan musikal sedangkan penulis kecerdasan kinestetik. Terdapat persamaan yaitu membahas tentang kecerdasan melalui kegiatan ekstrakurikuler.<sup>21</sup>

## **F. Sistematika Pembahasan**

Untuk memberikan gambaran yang menyeluruh terhadap skripsi yang akan dibuat, maka perlu dijelaskan bahwa skripsi terdiri dari tiga bagian, yaitu:

Pada bagian awal skripsi berisi halaman judul, halaman pernyataan keaslian, halaman pengesahan, halaman nota dinas pembimbing, halaman motto, halaman abstrak, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel dan daftar lampiran.

---

<sup>20</sup> Isna Fatimatuz Zahro, *Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Tari Saman di MI Ma'arif NU Pageraji Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas*, (Purwokerto, 2017)

<sup>21</sup> Zulfatur Rofiqoh, *Pengembangan Kecerdasan Musikal pada siswa melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Marching Band di MIN Model Slarang Kidul Kabupaten Tegal*, (Tegal, 2016)

Bagian kedua memuat pokok-pokok permasalahan yang termuat dalam Bab I sampai Bab V.

BAB I berisi Pendahuluan yang terdiri dari Latar Belakang Masalah, Definisi Operasional, Rumusan Masalah, Tujuan dan Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, serta Sistematika Pembahasan.

BAB II berisi Kerangka teori, yang terdiri dari tiga sub bab, sub bab pertama berisi tentang konsep kecerdasan kinestetik, sub bab kedua berisi tentang kegiatan ekstrakurikuler, sub bab ketiga berisi tentang bela diri karate Bandung Karate Club (BKC)

BAB III berisi Metode Penelitian, yang meliputi : Jenis Penelitian, Tempat Penelitian, Objek Penelitian, Subjek Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data.

BAB IV Pembahasan hasil penelitian, yang terdiri dari dua sub bab, bab pertama penyajian data, yang berisi tentang gambaran umum SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas dan pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club). Sub bab kedua berisi tentang analisis data.

BAB V Penutup, dalam bab ini disajikan kesimpulan dan saran-saran yang merupakan rangkaian dari keseluruhan hasil penelitian secara singkat. Peneliti menyimpulkan dari hasil pembahasan dan memberikan saran agar dalam penelitian serupa selanjutnya lebih berkembang.

Bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran dan daftar riwayat hidup.

## BAB II

### KECERDASAN KINESTETIK DAN EKSTRAKURIKULER KARATE (BKC) BANDUNG KARATE CLUB PADA ANAK USIA SD

#### A. Konsep Kecerdasan Kinestetik

##### 1. Pengertian Kecerdasan Kinestetik

Setiap individu memiliki cara yang berbeda untuk mengembangkan berbagai kecerdasan yang ada dalam dirinya.<sup>22</sup> Kecerdasan yang Allah SWT berikan kepada setiap manusia tidak dengan mudah begitu saja dapat dimunculkan oleh manusia itu sendiri. Namun, memerlukan proses yang sangat panjang. Manusia umum mengenal intelegensi sebagai istilah yang menggambarkan kecerdasan, kepintaran ataupun kemampuan untuk memecahkan problem yang dihadapi.<sup>23</sup>

Intelegensi atau kecerdasan akan berkembang salah satunya melalui pembelajaran oleh sekolah, di mana guru perlu mengembangkan suatu program pembelajaran yang dapat memberdayakan dan mengembangkan intelegensi-intelegensi tersebut yang dimiliki setiap peserta didik untuk mencapai kompetensi tertentu dalam suatu kurikulum, dan pada akhirnya anak didik menjadi cerdas seluruh intelegensinya berkembang dan seimbang.<sup>24</sup>

Banyak pendapat para ilmuwan mengenai teori intelegensi/kecerdasan. Kecerdasan merupakan kemampuan tertinggi yang dimiliki manusia. Tingkat kecerdasan dapat membantu seseorang dalam menghadapi berbagai permasalahan yang muncul dalam kehidupan. Kecerdasan seseorang sudah dimiliki sejak lahir dan terus menerus dikembangkan dan memungkinkan seseorang berbuat sesuatu dengan cara tertentu. Jadi, kecerdasan adalah kemampuan dari setiap individu

---

<sup>22</sup> Yuliani Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*, (Jakarta: PT Indeks, 2010), hlm. 52

<sup>23</sup> Saifudin Azwar, *Psikologi Intelegensi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002)

<sup>24</sup> Udin S, *Teori Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2009)

untuk berfikir secara rasional dan bertindak secara terarah dalam menyelesaikan permasalahan.

Dalam psikologi dikemukakan bahwa *intelligence*, dan dalam bahasa Indonesia disebut intelegensi atau kecerdasan berarti penggunaan kekuatan intelektual secara nyata. Akan tetapi kemudian diartikan sebagai suatu kekuatan lain.<sup>25</sup> Oleh karena itu, intelegensi terdiri dari tiga komponen yaitu (a) kemampuan untuk mengarahkan pikiran dan tindakan, (b) kemampuan untuk mengubah arah pikiran atau tindakan, (c) kemampuan untuk mengkritik pikiran dan tindakan sendiri.<sup>26</sup>

Menurut Gardner mendefinisikan *Intelligence* sebagai '*the capacity to solve problem or to fashion product that are valued in one or more cultural setting*'. Yang dapat diartikan bahwa intelegensi sebagai kemampuan untuk memecahkan persoalan dan menghasilkan produk dalam suatu setting yang bermacam-macam dan dalam situasi yang nyata.<sup>27</sup>

Leeg dan Hutter menyatakan bahwa definisi kecerdasan adalah sebagai berikut : (1) kecerdasan adalah properti yang dimiliki seorang individu untuk berinteraksi dengan lingkungannya, (2) kecerdasan dihubungkan dengan kemampuan seorang untuk mencapai kesuksesan atau menghargai beberapa tujuan, (3) kecerdasan bergantung pada bagaimana kemampuan seseorang beradaptasi dengan objek dan lingkungan yang berbeda.<sup>28</sup> Jadi kecerdasan berkaitan dengan faktor dari dalam diri seseorang berinteraksi dengan faktor dari luar (lingkungan) seseorang. Kecerdasan tidak dapat dilihat dan diukur tanpa adanya interaksi antara seseorang dengan objek di luar dirinya (lingkungannya).

---

<sup>25</sup> Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), hlm. 60

<sup>26</sup> Muhammad Yaumi, *Pembelejaraan Berbasis Multiple Intelligences*, (Jakarta: Dian Rakyat, 2012), hlm.11

<sup>27</sup> Nandang Kosasih dan Dede Sumarna, *Pembelejaraan Quantum dan Optimalisasi Kecerdasan*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 167

<sup>28</sup> Sumiarti, *Ilmu Pendidikan*, (Purwokerto: STAIN Press, 2016), hlm.73

Dari beberapa pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa pengertian intelegensi adalah suatu kemampuan mental yang dibawa oleh individu sejak lahir dan dapat dipergunakan untuk berfikir dan bertindak secara terarah, menyelesaikan suatu masalah, memperoleh pengetahuan, mengolah dan menguasai lingkungan secara efektif, serta menggunakan pengalaman masa lalu untuk mewujudkan suatu perubahan dalam diri ke arah yang lebih baik.

Paradigma kecerdasan seorang anak bagi sebagian besar orang tua hanya melihat dari kemampuan kognitif anak. Padahal bisa saja anak memiliki kemampuan yang menonjol dalam bidang olahraga, bidang seni, bahasa, dan lain-lain. Adapun sifat-sifat dari kecerdasan adalah :<sup>29</sup>

a. Adaptif

Anak akan menunjukkan respon yang fleksibel bila ada stimulus dalam berbagai situasi dan masalah. Anak pun tahu bagaimana pemecahannya sehingga dia tidak merasa buntu setiap kali menghadapi suatu masalah.

b. Kemampuan belajar

Anak akan belajar sesuatu yang baru. Potensi kecerdasan yang tinggi memungkinkan seorang anak cepat menangkap apa yang diajarkan karena daya ingatannya memang kuat. Sementara anak yang potensi kecerdasannya relatif rendah tentu perlu waktu lebih banyak dan harus dijelaskan secara berulang-ulang.

c. Belajar dari pengalaman luar dan dalam dirinya.

Anak menggunakan pengetahuan sebelumnya untuk menganalisis dan memahami situasi baru. Dia juga senantiasa menunjukkan kreativitas.

Lebih jelasnya lagi terdapat ciri-ciri anak cerdas, yaitu sebagai berikut:<sup>30</sup>

---

<sup>29</sup> Sri Widayati dan Utami Widijati, *Mengoptimalkan 9 Zona Kecerdasan Majemuk Anak*, (Jogjakarta: Luna Publisher, 2008), hlm. 4

<sup>30</sup> *Ibid*, hlm. 7-8

- a. Anak berkembang sesuai dengan usianya
- b. Anak punya rasa ingin tahu yang besar dan dorongan bereksplorasi terhadap lingkungan sekelilingnya
- c. Anak banyak bertanya untuk mengetahui sesuatu yang baru dan dilakukannya terus-menerus
- d. Anak dapat menyelesaikan tugasnya dengan penuh konsentrasi
- e. Mudah menangkap instruksi yang diberikan
- f. Adanya kesadaran yang tinggi untuk menemukan atau mencari sesuatu

Gardner pada sisi lain yang menjelaskan bahwa kecerdasan ganda memiliki karakteristik konsep sebagai berikut :<sup>31</sup>

- a. Semua intelegensi berbeda-beda, tetapi semuanya sederajat. Dalam pengertian ini tidak ada kecerdasan yang lebih baik atau lebih penting dari kecerdasan yang lain.
- b. Semua kecerdasan dimiliki manusia dalam kadar yang tidak pernah sama. Semua kecerdasan dapat dieksplorasi, ditumbuhkan, dan dikembangkan.
- c. Terdapat banyak indikator kecerdasan dalam tiap-tiap kecerdasan. Dengan latihan, seseorang dapat membangun kekuatan kecerdasan yang dimiliki dan menipiskan kelemahan-kelemahan.
- d. Semua kecerdasan yang berbeda-beda tersebut bekerja sama mewujudkan aktivitas yang diajukan individu. Satu kegiatan mungkin memerlukan lebih dari satu kecerdasan, dan kecerdasan dapat digunakan dalam berbagai bidang.
- e. Semua jenis kecerdasan tersebut ditemukan disemua lintas kebudayaan diseluruh dunia dan kelompok usia.
- f. Saat seseorang menginjak dewasa, kecerdasan diekspresikan melalui rentang pencapaian dan hobi.

---

<sup>31</sup> Hamzah B. Uno dan Masri Kuadrat, *Mengelola Kecerdasan dalam Pembelajaran*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014)hlm. 44

*Multiple Intellegences* atau biasa disebut dengan kecerdasan majemuk adalah berbagai keterampilan dan bakat yang dimiliki anak untuk menyelesaikan berbagai persoalan dalam pembelajaran.<sup>32</sup> Kecerdasan kinestetik merupakan salah satu dari kecerdasan majemuk (*Multiple Intellegences*) yang dikemukakan oleh Howard Gardner seorang pakar psikologi perkembangan dan professor pada *Harvard University* dari project zero (kelompok riset) pada tahun 1983. Gardner memaparkan teori kecerdasan majemuknya (*Multiple Intellegences*) dalam 8 aspek kecerdasan, yaitu kecerdasan linguistik (*Word Smart*), kecerdasan logika matematika (*Number/reasoning smart*), kecerdasan kinestetik (*Body Smart*), kecerdasan spasial (*Picture Smart*), kecerdasan musikal (*Musical Smart*), kecerdasan intrapersonal (*Self Smart*), kecerdasan interpersonal (*People Smart*), dan kecerdasan naturalis (*Natural Smart*).<sup>33</sup> Kedelapan kecerdasan ini bekerja sama dalam satu jalinan yang unik dan rumit. Setiap manusia memiliki kecerdasan ini dengan kadar perkembangan yang berbeda.<sup>34</sup>

Kecerdasan jamaniah-kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh tubuh dalam mengekspresikan ide, perasaan, dan menggunakan tangan untuk menghasilkan atau mentransformasi sesuatu. Kecerdasan ini mencakup keterampilan khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, fleksibilitas, dan kecepatan. Kecerdasan ini juga meliputi keterampilan untuk mengontrol gerakan-gerakan tubuh dan kemampuan untuk memanipulasi objek. Kecerdasan kinestetik juga merupakan kemampuan untuk menggunakan seluruh bagian badan secara fisik seperti menggunakan tangan, jari-jari, lengan, dan berbagai kegiatan fisik lain dalam menyelesaikan masalah, membuat sesuatu, atau dalam menghasilkan berbagai macam produk. Contoh yang

---

<sup>32</sup> Muhammad Yaumi dan Nurdin Ibrahim, *Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Jamak (Multiple Intellegences) Mengidentifikasi dan Mengembangkan Multitalenta Anak*. (Jakarta: Prenadamedia Group, 2013), hlm.11

<sup>33</sup> Yuliani Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif.....*, hlm. 55

<sup>34</sup> Adi W. Gunawan, *Genius Learning Strategi*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2003), hlm 222

paling nampak untuk diamati adalah aktivitas yang menyertai para atlet atau dalam pertunjukkan seni seperti menari atau berakting.<sup>35</sup>

Menurut Armstrong dalam bukunya Yulian Nurani Sujiono kecerdasan kinestetik atau fisik adalah salah satu kecerdasan dimana saat menggunakannya seseorang mampu atau terampil menggunakan anggota tubuhnya untuk melakukan gerakan seperti berlari, menari, membangun sesuatu, melakukan kegiatan seni, dan hasta karya.<sup>36</sup> Mereka sangat baik dalam keterampilan jasmaninya baik dengan menggunakan otot kecil maupun otot besar, dan menyukai aktifitas fisik dan berbagai jenis olahraga.<sup>37</sup>

Kecerdasan kinestetik ditandai dengan kemampuan mengontrol gerak tubuh dan kemahiran mengelola objek. Seseorang yang optimal dalam kecerdasan ini cenderung menyukai dan efektif dalam hal mengekspresikan mimik atau gaya atletik, menari, dan menata tari, kuat dan terampil dalam motorik halus, koordinasi tangan dan mata, motorik kasar, dan daya tahan. Mereka belajar dengan melakukan, membuat gerak-gerik, dan pandai menggunakan bahasa tubuh.<sup>38</sup>

Kecerdasan kinestetik memungkinkan kita manusia membangun hubungan yang penting antara pikiran dan tubuh, dengan demikian memungkinkan tubuh untuk memanipulasi obyek dan menciptakan gerakan. Kecerdasan fisik adalah kemampuan menggunakan dengan baik pikiran dan tubuh secara serempak untuk mencapai segala tujuan yang diinginkan. Ini serupa dengan keterampilan yang pada umumnya dirujuk sebagai keterampilan psikomotor, yang menggabungkan interpretasi mental dengan tanggapan fisik.<sup>39</sup>

---

<sup>35</sup> Muhammad Yaumi, *Pembelejaran Berbasis.....*, hlm.17-18

<sup>36</sup> Yulian Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif.....*, hlm. 59

<sup>37</sup> Julia Jasmine, *Metode Mengajar Multiple Intelligences*, (Bandung: Nuansa, 2016), 25

<sup>38</sup> Rina Roudhotul Jannah dkk, *Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini berbasis Multiple Intelligences*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2018), hlm. 269

<sup>39</sup> May Lwin dkk, *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*, (Yogyakarta: Indeks, 2008), hlm. 167-168

Kecerdasan kinestetik diperlukan dalam aktivitas-aktivitas atletik, menari, berjalan, dan sebagainya. Kendali gerak tubuh terletak pada bagian korteks gerakan di otak yang sisi-sisinya mengendalikan gerakan bagian tubuh pada sisi yang berlawanan.<sup>40</sup> Kecerdasan kinestetik berarti belajar serta berfikir dengan tubuh. Kecerdasan ditunjukkan dengan ketangkasan tubuh, memahami perintah otak.<sup>41</sup>

Kecerdasan kinestetik merujuk pada pengontrolan semua atau sebagian tubuh orang untuk melaksanakan gerakan, seperti yang dibutuhkan oleh seorang penari dan atlet.<sup>42</sup> Kecerdasan kinestetik memuat kemampuan seseorang untuk secara aktif menggunakan bagian-bagian atau seluruh tubuhnya untuk berkomunikasi dan memecahkan berbagai masalah. Hal ini dapat dijumpai pada peserta didik yang unggul pada salah satu cabang olahraga, seperti bulu tangkis, sepakbola, tenis, bela diri, renang, dan lain sebagainya, atau bisa pula peserta didik yang pandai menari, terampil bermain akrobat, atau unggul dalam bermain sulap.<sup>43</sup>

Anak-anak dengan kecerdasan kinestetik jasmani yang sangat berkembang bisa berkomunikasi dengan sangat efektif melalui gerakan dan bentuk-bentuk bahasa tubuh lain. Mereka butuh kesempatan untuk belajar dengan bergerak atau memeragakan sesuatu.<sup>44</sup> Oleh sebab itu, seorang pendidik haruslah memberi kebebasan pada anak untuk bergerak dan perlu adanya suatu pembelajaran yang khusus untuk mengatasi ketidakaturan dalam proses gerak anak sehingga bisa mengarahkan anak untuk mengembangkan kecerdasan kinestetiknya.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan kinestetik merupakan kemahiran seseorang dalam

---

<sup>40</sup> Saifudin Azwar, *Psikologi Intelegensi.....*, hlm. 41-43

<sup>41</sup> Restu Yuningsih, "Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Pembelajaran Gerak Dasar Tari *Minang*", Vol. 9 Edisi 2, November 2015, hlm. 234

<sup>42</sup> Gary A Davis, *Anak Berbakat dan Pendidikan Keterbakatan*. (Jakarta: PT Indeks, 2012), hlm. 60

<sup>43</sup> Hamzah B. Uno dan Masri Kuadrat Umar, *Mengelola Kecerdasan.....*, hlm. 13

<sup>44</sup> Thomas Armstrong, *Setiap Anak Cerdas!*, (Jakarta: PT Gramedia, 2003), hlm. 29

mengandalkan seluruh anggota tubuhnya dengan baik untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keterampilan menggunakan tangan dan kaki untuk menciptakan kecerdasan meliputi kemampuan fisik seperti koordinasi, keseimbangan, kontrol, kekuatan, kelenturan, dalam menerima rangsangan atau keinginan untuk bergerak.

## 2. Karakteristik Kecerdasan Kinestetik

Kecerdasan kinestetik melibatkan kemampuan untuk menggerakkan alat-alat tubuh sesuai dengan fungsinya, bahkan mampu mengolah gerakan tubuh yang menarik.<sup>45</sup> Anak dapat dikatakan memiliki kecerdasan kinestetik ketika anak mampu menggerakkan alat-alat tubuh sesuai dengan fungsinya, bahkan mampu mengolah gerakan tubuh yang menarik, dan mampu mengkoordinasikan antara otak dan tubuh. Dan mampu mengembangkan gerakan tubuh secara optimal menjadi suatu gerakan yang dinamis dan bisa dinikmati.

Menurut Sri Widayati, ciri-ciri anak yang berkaitan dengan kecerdasan kinestetik adalah :<sup>46</sup>

- a. Terlihat tak bisa diam, selalu ingin melakukan sesuatu, bergerak-gerak aktif ketika duduk. Deteksi ini bisa terlihat sejak bayi
- b. Senang kegiatan fisik, seperti melompat-lompat, olahraga atau permainan fisik, dan sebagainya
- c. Anak perlu menyentuh obyek yang sedang dipelajari. Misalnya, ketika guru menerangkan dengan alat peraga, maka si body smart biasanya akan maju ke depan karena ingin menyentuh alat peraga tersebut.
- d. Terampil mengerjakan kerajinan tangan seperti menjahit, membuat bentuk-bentuk dari lilin mainan dan sebagainya
- e. Suka dan bisa meniru perilaku atau gerakan orang lain dengan baik
- f. Suka bekerja dengan tanah liat, melukis dengan tangan atau bekerja dengan menggunakan anggota tubuh

---

<sup>45</sup> Sri Widayati dan Utami Widijati, *Mengoptimalkan 9 Zona.....*, hlm.170

<sup>46</sup> *Ibid*, hlm. 171-172

- g. Suka mengutak-atik benda yang menarik baginya. Misalnya, membongkar pasang mainan. Orang tua yang kurang peka akan menganggap anak ini nakal karena suka merusak mainannya
- h. Bergerak-gerak ketika sedang duduk
- i. Memiliki kontrol pada gerakan keseimbangan, ketangkasan, dan keanggunan dalam bergerak
- j. Suka belajar dengan terlibat secara langsung, ingatannya kuat terhadap apa yang dialami atau dilihat

Anak-anak dengan kecerdasan kinestetik di atas rata-rata, senang bergerak dan menyentuh. Mereka memiliki kontrol pada gerakan, keseimbangan, ketangkasan, dan keanggunan dalam bergerak. Mereka mengeksplorasi dunia dengan otot-ototnya.<sup>47</sup>

Secara spesifik ciri atau karakteristik orang yang memiliki kecerdasan kinestetik dapat dijabarkan sebagai berikut:<sup>48</sup>

- a. Senang membuat sesuatu dengan menggunakan tangan secara langsung
- b. Merasa bosan dan tidak tahan untuk duduk pada suatu tempat dalam waktu yang agak lama
- c. Melibatkan diri pada berbagai aktivitas di luar rumah termasuk dalam melakukan berbagai jenis olahraga
- d. Sangat menyukai jenis komunikasi non-verbal, seperti komunikasi dengan bahasa-bahasa isyarat
- e. Sangat sependapat dengan pernyataan “di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat” dan merasa bahwa membuat tubuh tetap berada dalam kondisi yang *fit* merupakan hal yang penting untuk membangun pikiran yang jernih.
- f. Selalu mengisi waktu luang dengan melakukan aktivitas seni-berekspresi dan karya seni rupa lainnya

---

<sup>47</sup> Khabib Sholeh dkk, *Kecerdasan Majemuk Berorientasi Pada Partisipasi Peserta Didik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), hlm.28

<sup>48</sup> Muhammad Yaumi dan Nurdin Ibrahim, *Pembelajaran Berbasis Kecerdasan.....*, hlm.101

- g. Senang memperlihatkan ekspresi melalui berdansa atau gerakan-gerakan tubuh
- h. Ketika bekerja, sangat senang melakukannya dengan menggunakan alat-alat yang dibutuhkan.
- i. Memperlihatkan dan mengikuti gaya hidup yang sangat aktif dengan kesibukan-kesibukan
- j. Ketika belajar, selalu menyertakan aktivitas yang bersifat demonstratif
- k. Senang belajar dengan strategi *learning by doing*

Sedangkan menurut Thomas Armstrong, karakteristik potensial yang dimiliki seorang anak berkecerdasan kinestetik adalah sebagai berikut:<sup>49</sup>

- a. Berprestasi dalam olahraga kompetitif disekolah atau lingkungan pemukiman
- b. Bergerak-gerak ketika sedang duduk
- c. Terlibat dalam kegiatan fisik seperti berenang, bersepeda, *hiking* atau bermain *skateboard*
- d. Perlu menyentuh sesuatu yang ingin dipelajari
- e. Menikmati melompat, lari, gulat atau kegiatan serupa
- f. Memperlihatkan keterampilan dalam bidang kerajinan tangan seperti kerajinan kayu, menjahit, mengukir, atau memahat
- g. Pandai menirukan gerakan, kebiasaan atau perilaku orang lain
- h. Sering merasakan jawaban masalah yang dihadapi di rumah atau di sekolah
- i. Menikmati bekerja dengan tanah liat, melukis dengan jari atau kegiatan kotor lain
- j. Sangat suka membongkar berbagai benda dan kemudian menyusunnya lagi

Jadi pada dasarnya anak-anak yang mempunyai kecerdasan kinestetik di atas rata-rata dapat dilihat dari cara mengekspresikan

---

<sup>49</sup> Thomas Armstrong, *Setiap Anak Cerdas!.....*, hlm. 30

perasaannya selalu bergerak aktif serta mempunyai kapasitas berfikir yang sangat cepat dalam bidang kinestetik karena lebih sering melibatkan dirinya secara langsung dalam melakukan aktifitas.

### 3. Pentingnya Kecerdasan Kinestetik

Aktifitas kecerdasan kinestetik pada usia dini dapat membantu anak-anak berkembang menjadi orang dewasa yang sehat, mudah menyesuaikan dan penuh keyakinan. Adapun manfaat kecerdasan kinestetik adalah sebagai berikut :<sup>50</sup>

#### a. Meningkatkan kemampuan psikomotor

Kemampuan psikomotor merujuk pada kemampuan untuk mengkoordinasikan bagian-bagian tubuh seseorang dengan otak supaya berfungsi secara sinkron untuk mencapai tujuan fisik. Orang-orang dengan kemampuan ini akan menemukan dirinya dapat memberi tanggapan lebih cepat dan tepat terhadap segala situasi yang menuntut tanggapan fisik.

Dasar yang penting untuk membangun kemampuan psikomotor yang baik dalam diri seseorang adalah peningkatan gerak seseorang. Seseorang dengan kemampuan motorik yang baik akan merasakan lebih mudah belajar berkendara, berenang, memanjat, dan bahkan memainkan permainan komputer daripada seseorang dengan kemampuan motorik buruk.

#### b. Meningkatkan keterampilan sosial

Anak-anak yang orang tuanya bermain bersama mereka akhirnya berkembang lebih baik secara sosial. Mereka mampu bermain dengan yang lainnya, baik muda maupun tua, dan meningkatkan keterampilan sosial melalui kontak. Aktifitas fisik juga memberikan kepada anak-anak lebih banyak kesempatan untuk bermain dan berinteraksi dengan teman-teman sebayanya. Oleh karena itu, anak-anak dengan kecerdasan kinestetik yang tinggi akan dapat mengungkapkan diri mereka dengan baik. Hal ini akan

---

<sup>50</sup> May Lwin dkk, *Cara Mengembangkan.....*, hlm. 169-174

meningkatkan keterampilan komunikasi secara keseluruhan yang penting ketika belajar bagaimana berinteraksi dengan orang lain.

c. Membangun rasa percaya diri dan harga diri

Dalam suatu aktivitas bermain bebas, anak-anak muda secara khusus merasa di dorong untuk mencoba dan gagal, dan terus berusaha tanpa merasa tidak mampu. Ketika mereka mulai menguasai kemampuan fisik yang lebih baik, harga diri mereka meningkat. Seseorang anak yang merasa bahwa dia secara fisik setingkat dengan anak-anak lainnya akan lebih yakin ketika berpartisipasi dalam aktivitas kelompok.

Anak-anak yang sadar akan kemampuan fisik mereka dan menemukannya mudah untuk memanfaatkannya akan merasa lebih yakin ketika dihadapkan dengan segala situasi yang memerlukan partisipasi fisik mereka.

d. Meletakkan fondasi bagi gaya hidup *sporty*

Mendorong kecerdasan kinestetik melalui aktivitas fisik akan mendorong bermain dan kecintaan terhadap gaya hidup yang aktif. Seseorang yang mudah memiliki aktivitas olah raga tertentu kemungkinan besar akan berpartisipasi dalam aktivitas tersebut daripada orang yang mendapatkan kesulitan mempelajari olah raga tersebut. Anak yang memiliki kecerdasan kinestetik dia akan menunjukkan sikap senang terhadap berbagai upaya secara aktif yang akan dia pertahankan sampai dewasa.

e. Meningkatkan kesehatan

Aktivitas fisik dapat membentuk fondasi yang penting bagi kesehatan tubuh. Orang yang senang berolah raga akan lebih bugar dan lebih sehat daripada orang yang tidak senang berolah raga. Anak yang berolah raga lebih kecil kemungkinannya memiliki resiko yang terkait dengan masalah penyakit.

#### 4. Cara Menstimulus Kecerdasan Kinestetik Pada Anak

Kecerdasan kinestetik menuntut koordinasi antara otak dan tubuh. Ada beberapa cara untuk menstimulus kecerdasan kinestetik, antara lain yaitu :<sup>51</sup>

- a. Mengenal lingkungan dan menjelajahinya dengan sentuhan
- b. Bermain ketangkasan peran yang memungkinkan menggunakan gerak tubuh sebagai simbol
- c. Mendemonstrasikan kemampuan mengolah gerak tubuh dalam bentuk tarian, olahraga dan mengetahui standar hidup yang sehat
- d. Menciptakan bentuk-bentuk baru dalam gerakan

Cara lain menstimulus kecerdasan pada anak, antara lain sebagai berikut :<sup>52</sup>

- a. Menari merupakan gerakan yang menuntut keseimbangan, keselarasan, gerak tubuh, kekuatan, dan kelenturan otot, untuk itu sangat penting mngajak anak menari untuk mengasah kecerdasan fisik.
- b. Bermain peran/drama dapat merangsang gerak tubuh, gerakan ini menuntut bagaimana anak menggunakan gerak tubuhnya menyesuaikan dengan perannya, bagaimana harus berekspresi, termasuk juga gerakan tangan.
- c. Latihan keterampilan fisik dapat membantu meningkatkan keterampilan motorik anak, tentunya sesuai dengan usia anak seperi, berjalan di atas papan titian. Selain melatih kekuatan otot, aktifitas ini juga melatih untuk belajar keseimbangan.
- d. Olahraga dapat meningkatkan kesehatan dan juga pertumbuhan, seluruh cabang olahraga pada dasarnya merangsang kecerdasan gerakan tubuh, mengingat hampir semuanya menggunakan anggota tubuh. Olahraga yang digunakan juga harus sesuai denga kebutuhan

---

<sup>51</sup> Sri Widayati dan Utami Widijati, *Mengoptimalkan 9 Zona.....*, hlm.170

<sup>52</sup> Yulian Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif.....*, hlm. 59

dan perkembangan motorik anak, seperti berenang, bela diri, senam, ataupun bulu tangkis.

Orang tua biasanya sangat mengerti akan perkembangan anaknya, dan sekolah juga sangat berperan dalam pengembangan bakat yang dimiliki oleh peserta didiknya, untuk itu sangat penting untuk menstimulus dan memberi rangsangan sejak dini agar dapat mengoptimalkan kecerdasan kinestetik anak. Adapun contoh permainan yang berhubungan dengan kecerdasan kinestetik menurut Sri Widayati dan Utami Widijati adalah sebagai berikut :<sup>53</sup>

- a. Slam N' Jam, permainan ini dimainkan dengan cara memasukkan bola ke dalam keranjang. Permainan ini bisa melatih koordinasi mata dan tangan, mengembangkan motorik kasar dan motorik halus, serta melatih respon.
- b. Melatih anak menari, bermain peran, permainan dengan gerakan tangan, melompat, berlari, bermain drama, latihan olah tubuh, dan sebagainya.
- c. Bermain dorong-dorongan
- d. Papan keseimbangan
- e. Bermain Ball game, aneka permainan dengan bola
- f. Membereskan kamar
- g. Menyentuh, merasakan sensasi perbedaan bentuk dan permukaan benda

Dari beberapa pendapat di atas, cara menstimulasi kecerdasan kinestetik pada anak dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya adalah melatih anak dengan berolahraga, memberikan fasilitas kepada anak agar dapat mengekspresikan berbagai bentuk gerakan.

Stimulasi kecerdasan kinestetik pada anak sebaiknya dilakukan sejak sedini mungkin dengan tujuan agar kelak anak dapat memilih kemampuan atau kecerdasan dalam kecerdasan kinestetik dan memupuk

---

<sup>53</sup> Sri Widayati dan Utami Widijati, *Mengoptimalkan 9 Zona.....* hlm.172

bakat yang dimiliki oleh anak. Apabila sejak dini anak diberi stimulus berupa rangsangan atau permainan maka akan memberi dampak pada kecerdasan anak.

## B. Kegiatan Ekstrakurikuler

### 1. Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler

Dalam sebuah kegiatan sekolah harus memiliki manajemen yang mengatur tentang kegiatan-kegiatan yang berada dalam lingkungan sekolah seperti kegiatan intra sekolah dan ekstra sekolah.<sup>54</sup> Menurut Permendikbud No. 81 A Tahun 2013 tentang Implementasi Kurikulum Pedoman Kegiatan Ekstrakurikuler menjelaskan bahwa “Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik diluar jam belajar kurikulum standar sebagai perluasan dari kegiatan-kegiatan kurikulum dan dilakukan di bawah bimbingan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan kepribadian, bakat, minat dan kemampuan peserta didik yang lebih luas atau di luar minat yang dikembangkan oleh kurikulum”.<sup>55</sup>

Definisi kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan di luar struktur program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan.<sup>56</sup> Menurut Jamal Ma'mur Asmani, ekstrakurikuler diartikan sebagai kegiatan pendidikan yang dilakukan diluar jam tatap muka. Kegiatan tersebut dilaksanakan di dalam dan/diluar lingkungan sekolah dalam rangka memperluas pengetahuan, meningkatkan keterampilan dan menginternalisasi nilai-nilai atau berbagai aturan agama serta norma-norma sosial, baik lokal, nasional maupun global.<sup>57</sup>

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan wahana terbaik untuk mengasah bakat anak. Ekstrakurikuler dapat memainkan peran yang signifikan dan strategis untuk menggali dan mengembangkan bakat anak.

<sup>54</sup> M. Daryanto, *Administrasi Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), hlm. 68

<sup>55</sup> Kompri, *Manajemen Pendidikan*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), hlm. 224

<sup>56</sup> Suryosubroto, *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm.

<sup>57</sup> Jamal Ma'mur Asmani, *Kiat Mengembangkan Bakat Anak di Sekolah*, (Yogyakarta: Diva Press, 2012), hlm. 147

Tentu, tidak semua berasal dari bawah harus ada program yang dirancang untuk mencapai keunggulan sekolah sesuai visi dan misi.<sup>58</sup> Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dianggap penting, karena Kegiatan tersebut dapat membantu tradisi, kemahiran, nilai, dan gaya berpikir yang seharusnya, dalam rangka kebersambungan pengajaran dan partisipasi dalam pengajaran. Murid-murid yang mengikuti aktivitas ini biasanya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan fungsi akademisnya, dan memiliki tingkat kecerdasan tinggi. Dengan demikian, kegiatan sekolah memiliki peran dalam melejitkan kecerdasan.<sup>59</sup>

Dalam proses pengembangan diri kegiatan ekstrakurikuler memiliki peran yang besar untuk mendukung peningkatan minat dan bakat peserta didik. Proses pengembangan diri yang memperhatikan aspek-aspek psikologi sosial peserta didik dan aspek perkembangan mutakhir ilmu pengetahuan dan teknologi, misalnya mengenai teori kecerdasan majemuk (*Multiple Intelligence*) dan teori keterbakatan.<sup>60</sup>

Kegiatan ekstrakurikuler dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, misalnya olahraga, kesenian, berbagai macam keterampilan dan kepramukaan di selenggarakan di sekolah di luar jam pelajaran biasa.<sup>61</sup> Dalam praktiknya kegiatan ekstrakurikuler sering kali menjadi ciri khas suatu sekolah. Hal ini dikarenakan dalam menyediakan jenis kegiatan disesuaikan dengan visi dan misi serta kondisi sekolah, terutama yang tersedia, dengan demikian setiap sekolah akan mempunyai jenis kegiatan ekstrakurikuler yang berbeda.<sup>62</sup>

---

<sup>58</sup> Jamal Ma'mur Asmani, *Kiat Mengembangkan Bakat.....*, hlm. 151

<sup>59</sup> Muhammad Rasyid Dimas, *Cara Mempengaruhi Jiwa dan Akal Anak*, (Jakarta: Pustaka Al Kautsar, 2006), hlm. 126

<sup>60</sup> Suparlan, *Tanya Jawab Pengembangan Kurikulum & Materi Pembelajaran*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), hlm. 106-107

<sup>61</sup> Suryosubroto, *Proses Belajar .....*, hlm. 286

<sup>62</sup> Popi Sopiadin, *Manajemen Belajar Berbasis Kemampuan Siswa*, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2010), hlm. 99

## 2. Visi dan Misi Kegiatan Ekstrakurikuler

Visi kegiatan ekstrakurikuler adalah berkembangnya potensi, bakat dan minat secara optimal, selain itu juga mengandaikan tumbuhnya kemandirian dan kebahagiaan anak didik yang berguna bagi diri sendiri, keluarga dan masyarakat.<sup>63</sup> Sedangkan misi ekstrakurikuler ada dua yaitu:

- a. *Pertama*, menyediakan sejumlah kegiatan yang dapat dipilih oleh anak didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat mereka.
- b. *Kedua*, menyelenggarakan kegiatan yang memberikan kesempatan bagi anak didik untuk mengekspresikan diri secara bebas melalui kegiatan mandiri atau kelompok.<sup>64</sup>

## 3. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan seperangkat pengalaman belajar memiliki nilai-nilai manfaat bagi pembentukan kepribadian siswa.<sup>65</sup> Tujuan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan ialah sebagai berikut :<sup>66</sup>

- a. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor peserta didik.
- b. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Adapun tujuan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah menurut Direktorat Pendidikan Menengah Kejuruan adalah :<sup>67</sup>

- a. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan siswa ber aspek kognitif, efektif, dan psikomotor.
- b. Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya yang positif.

---

<sup>63</sup> Jamal Ma'mur Asmani, *Kiat Mengembangkan Bakat*.....,hlm. 152

<sup>64</sup> *Ibid*.,152

<sup>65</sup> Suryosubroto, *Proses Belajar* .....hlm. 287

<sup>66</sup> Kompri, *Manajemen Pendidikan*.....,hlm. 227

<sup>67</sup> Suryosubroto, *Proses Belajar* .....hlm. 288

- c. Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan mata pelajaran lainnya.

Sedangkan tujuan ekstrakurikuler, sesuai dengan tujuan yang tercantum dalam Permendiknas No. 39 Tahun 2008, adalah sebagai berikut :<sup>68</sup>

- a. Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu, yang meliputi bakat, minat, dan kreativitas.
- b. Memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dan pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan.
- c. Mengaktualisasi potensi siswa dalam pencapaian prestasi unggul sesuai bakat dan minat.
- d. Menyiapkan siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat madani (*civil society*).

#### 4. Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

Menurut Amir Daien kegiatan ekstrakurikuler dibagi menjadi dua jenis, yaitu bersifat rutin dan periodik. Kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat rutin adalah bentuk kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan secara terus menerus. Sedangkan ekstrakurikuler yang bersifat periodik adalah bentuk kegiatan yang dilaksanakan pada waktu-waktu tertentu saja.

Banyak macam dan jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah-sekolah. Beberapa macam kegiatan menurut Oteng Sutisna antara lain :

- a. Organisasi murid seluruh sekolah
- b. Organisasi kelas dan organisasi tingkat-tingkat kelas
- c. Kesenian, tari-tarian, band, karawitan, vokal grup
- d. Klub-klub hoby: jurnalistik dan fotografi
- e. Pidato dan drama

---

<sup>68</sup> Jamal Ma'mur Asmani, *Kiat Mengembangkan Bakat .....*, hlm. 154

- f. Klub-klub yang berpusat pada mata pelajaran
- g. Publikasi sekolah
- h. Atletik dan olahraga
- i. Organisasi-organisasi yang di sponsori secara kerjasama.<sup>69</sup>

Adapun jenis kegiatan ekstrakurikuler sesuai Keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI Nomor 125/U/2002 tentang Kalender Pendidikan dan Jam Belajar Efektif di Sekolah, Bab V pasal 9 ayat 2, dinyatakan bahwa pada tengah semester 1 dan 2, sekolah melakukan kegiatan olahraga dan seni (Porseni), karyawisata, lomba kreativitas atau praktik pembelajaran yang bertujuan membangkitkan bakat, kepribadian, prestasi, dan kreativitas siswa dalam rangka mengembangkan pendidikan anak seutuhnya.<sup>70</sup>

Menurut depdikbud kegiatan ekstrakurikuler dibagi menjadi dua jenis, yaitu :

- a. Kegiatan yang bersifat sesaat, misalnya karyawisata, bakti sosial
- b. Jenis kegiatan yang bersifat kelanjutan, misalnya pramuka, PMR, dan sebagainya.

Kemudian secara umum jenis kegiatan ekstrakurikuler disebutkan di bawah ini :<sup>71</sup>

- a. Lomba karya ilmu pengetahuan remaja
- b. Pramuka
- c. PMR
- d. Koperasi Sekolah
- e. Olahraga Prestasi
- f. Kesenian tradisional/modern
- g. Cinta alam atau lingkungan hidup
- h. Peringatan hari-hari besar
- i. Jurnalistik

---

<sup>69</sup> Suryosubroto, *Proses Belajar* ....., hlm. 288-289

<sup>70</sup> Jamal Ma'mur Asmani, *Kiat Mengembangkan Bakat* ....., hlm. 155

<sup>71</sup> Suryosubroto, *Proses Belajar* ....., hlm. 290

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis kegiatan ekstrakurikuler dibagi menjadi dua yaitu ekstrakurikuler yang bersifat berkelanjutan dan kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat periodik atau sesaat. Di sekolah terdapat ekstrakurikuler yang berbeda-beda karena menyesuaikan visi dan misi dari sekolah tersebut.

#### 5. Prinsip-prinsip Program Ekstrakurikuler

Dengan berpedoman pada tujuan dan maksud kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dapat di tetapkan prinsip-prinsip program ekstrakurikuler. Menurut Oteng Sutisna prinsip program ekstrakurikuler adalah sebagai berikut :

- a. Semua murid, guru, dan personel administrasi hendaknya ikut serta dalam usaha meningkatkan program
- b. Kerja sama dalam tim fundamental
- c. Pembatasan-pembatasan untuk partisipasi hendaknya dihindarkan
- d. Prosesnya adalah lebih penting daripada hasil
- e. Program hendaknya cukup komprehensif dan seimbang dapat memenuhi kebutuhan dan minat siswa
- f. Program hendaknya memperhitungkan kebutuhan khusus sekolah
- g. Program harus dinilai berdasarkan sumbangannya pada nilai-nilai pendidikan disekolah dan efisiensi pelaksanaannya
- h. Kegiatan ini hendaknya menyediakan sumber-sumber motivasi yang kaya bagi pengajaran kelas, sebaliknya pengajaran kelas hendaknya juga menyediakan sumber motivasi yang kaya bagi kegiatan murid
- i. Kegiatan ekstrakurikuler ini hendaknya dipandang sebagai integral dari keseluruhan program pendidikan di sekolah, tidak sekedar tambahan atau sebagai kegiatan yang berdiri sendiri.

Dalam usaha membina dan mengembangkan program ekstrakurikuler hendaknya memperhatikan hal-hal sebagai berikut :<sup>72</sup>

- a. Materi kegiatan yang dapat memberikan pengayaan bagi siswa
- b. Sejauh mungkin tidak terlalu tidak terlalu membebani siswa

---

<sup>72</sup> Suryosubroto, *Proses Belajar* ....., hlm. 291

- c. Memanfaatkan potensi alam lingkungan
- d. Memanfaatkan kegiatan-kegiatan industri dan dunia usaha

### C. Bela Diri Karate BKC

#### 1. Pengertian Bela Diri Karate

Karate berasal dari pengucapan dalam bahasa Okinawa “*kara*” berarti Cina dan “*te*” yang berarti tangan. Arti dari pengucapan tersebut adalah “tangan Cina”, “teknik Cina”, atau “tinju Cina”.<sup>73</sup>

Banyak cerita dan versi beragam dari asal-usul karate ini, baik dari segi aliran ataupun gaya yang dianut oleh masing-masing master yang kemudian menjadi aliran apa yang kita kenal selama ini. Mengingat *background* penulis dibesarkan di Shotokan, maka cerita ini dimulai dari Sang Master Gichin Funakoshi. Selanjutnya pada tahun 1931 Gichin Funakoshi dikenal sebagai bapak karate modern yang mengubah istilah karate dalam huruf kanji jepang yang terdengar lebih baik. Tahun 1936 buku *Karate-do Kyohan*, Funakoshi menggunakan istilah karate dalam huruf kanji Jepang. Dalam pertemuan bersama para master di Okinawa, sejak itu istilah karate diubah dengan huruf Kanji berbeda, pengucapan dan makna yang sama digunakan sampai sekarang.<sup>74</sup>

Karate berasal dari dua kata dalam huruf kanji “*kara*” yang bermakna kosong dan “*te*” berarti tangan, sehingga makna keduanya „tangan kosong“. Karate berarti sebuah seni beladiri yang memungkinkan seseorang mempertahankan diri tanpa senjata. Menurut Gichin Funakoshi karate memiliki banyak arti yang lebih condong kepada hal bersifat filsafat. Kara dapat pula diartikan cermin bersih tanpa cela yang mampu menampilkan bayangan benda yang dipantulkan sebagaimana aslinya. Hal ini berarti orang belajar karate harus membersihkan dirinya dari keinginan dan pikiran jahat.

---

<sup>73</sup> Ivan Yulivan, *The Way of Karate-do 20 Sikap Mental Karateka Sejati*, (Jakarta: Mudra, 2012), hlm. 13

<sup>74</sup> *Ibid*, hlm. 13

Gichin Funakoshi juga menjelaskan makna kara pada karate mengarah pada sifat kejujuran, rendah hati dari seseorang. Meski demikian sifat ksatria tetap tertanam dalam kerendahan hatinya, demi keadilan berani maju sekalipun berjuta lawan telah menunggu. Oleh karena itu, seseorang yang belajar karate sepantasnya tidak hanya memperhatikan sisi tehnik dan fisik, melainkan juga memperhatikan sisi mental yang sama pentingnya.<sup>75</sup>

Akhiran “do” pada karate-do memiliki makna jalan atau arah. Suatu filosofi yang diadopsi tidak hanya karate, tetapi kebanyakan seni beladiri Jepang, seperti *Kendo*, *Judo*, *Kyudo*, *Aikido*, dan lain-lain. Yang mengedepankan aspek kesatria dan etika sebagai petarung.

Sebagai salah satu langkah modernisasi karate yang dilakukan Funakoshi adalah mengubah karate dari jenis beladiri yang sebelumnya murni hanya teknik (*jutsu*) menjadi beladiri berfilosofi. Langkah ini dilakukan agar karate dapat diterima oleh masyarakat mengingat kebanyakan beladiri Jepang ini telah berubah menjadi beladiri yang dipengaruhi filsafat *budo* dan *bushido*, seperti *kenjutsu* berubah menjadi *kendo*, dan *jujutsu* menjadi *judo*. Meskipun sebagian lainnya masih mempertahankan sesuai aslinya. Oleh karenanya sebelum berlatih karate Gichin Funakoshi mewajibkan para praktisi karate memahami terlebih dahulu 20 prinsip yang harus dipahami para karateka (*Nijukun*) agar paham dan mengerti untuk apa para karateka berlatih karate.<sup>76</sup>

## 2. Sejarah Bela Diri Karate

Menurut legenda, evolusi karate dimulai dari ribuan tahun yang lalu kemungkinan pada awal abad ke-5 SM ketika Bodhidharma tiba di kuil Shaolin, China dari India dan mengajarkan Zen Budhisme. Dia juga mengenalkan serangkaian latihan sistematis yang didesain untuk memperkuat pikiran dan tubuh, latihan-latihan yang disebutsebut sebagai

---

<sup>75</sup> Hermawan Sulistiyo, *Sejarah Karate Shotokan dan Incai Institut Karate-do Indonesia*, (Jakarta: Pensil, 2013), hlm. 1

<sup>76</sup> Ivan Yulivan, *The Way of .....*, hlm. 13-15

awal gaya tinju Shaolin. Pelajaran yang diberikan Budhidharma kemudian menjadi dasar mayoritas seni beladiri di China. Asal mula karate tidak jelas dan sedikit yang diketahui mengenai awal pengembangan sampai ia diperlihatkan di Okinawa.

Pada awal, bentuk asli seni beladiri karate mirip dengan pertarungan dengan tangan (tapak) yang dikembangkan di Okinawa dan disebut *te* atau tangan. Larangan penggunaan senjata, membuat orang-orang Okinawa terdorong untuk menyempurnakan teknik tangan yang dilatih secara diam-diam. Penyempurnaan lebih lanjut muncul dari pengaruh seni beladiri yang lain yang dibawa oleh bangsawan dan pedagang ke pulau tersebut.

Pengembangan lebih lanjut dilakukan bertahun-tahun, terutama di tiga kota di Okinawa, yaitu Shuri, Naha dan Tomari. Masing-masing kota ini merupakan pusat dari kelas masyarakat yang berbeda, masing-masing merupakan pusat masyarakat raja dan bangsawan, pedagang, petani dan nelayan. Karena alasan ini, terdapat perbedaan bentuk seni pertahanan diri yang dikembangkan di masing-masing kota, yang kemudian dikenal dengan *Shuri-te*, *Naha-te* dan *Tomari-te*. Secara kolektif mereka disebut *Okinawa-te* atau *Tode "Chinese Hand"*.<sup>77</sup>

Secara perlahan karate terjadi menjadi dua kelompok utama, *Shorin-ryu* yang dikembangkan di Shuri dan Tomari, *Shorei-ryu* yang dikembangkan di Naha. *Shorin-ryu* menekankan pada kecepatan, linier dengan pola pernafasan natural, sementara *Shorei-ryu* menekankan pada kestabilan dengan pernafasan yang disinkronisasi dengan masing-masing gerakan.

Pertunjukan karate dimuka umum pertama kali dilakukan oleh Gichin Funakoshi pada tahun 1917 di Butokuden, Kyoto. Demonstrasi pertama kali dan selanjutnya sangat berkesan bagi banyak orang Jepang, termasuk putra mahkota Hirohito, yang sangat antusias terhadap seni

---

<sup>77</sup> <http://www.fukushotokan.com>. Diakses pada hari Rabu, 30 Januari 2019 pukul 20.00

beladiri di Okinawa ini. Pada tahun 1922, Jigoro Kano, pendiri seni beladiri Judo Jepang mengundang Funakoshi untuk mempertunjukkan karate di Dojo Kodokan yang terkenal dan dia meminta Funakoshi tetap di Jepang untuk mengajarkan karate.

Sekarang terdapat empat aliran utama karate-do di Jepang, yaitu: Goju-ryu, Shito-ryu, Shotokan dan Wado-ryu. Goju-ryu dikembangkan dari Naha-te, Higaoma membuka dojo di Naha menggunakan delapan bentuk yang dibawanya dari China. Murid terbaiknya Chojun Miyagi kemudian mendirikan Goju-ryu “metode keras lunak” pada tahun 1930. Di Goju-ryu penekanan ditujukan pada kombinasi antar teknik tangkisan lembut memutar dan serangan balasan yang cepat dan keras.

Shito-ryu didirikan oleh Kenwa Mabuni pada tahun 1928 dan dipengaruhi secara langsung oleh Naha-te dan Shurite. Nama Shito diambil dari kombinasi karakter tulisan Jepang dari nama guru Mabuni, yaitu Ankoh Itosu dan Kanryo Higaoma. Shito-ryu banyak menggunakan “kata”, sekitar 50%, dan berkarakteristik penekanan pada penggunaan kekuatan latihan.

Shotokan didirikan oleh Gichin Funakoshi di Tokyo pada tahun 1938. Funakoshi dianggap sebagai pendiri karate modern. Lahir di Okinawa dia belajar karate dari Yasutsune Azato, salah satu ahli beladiri terbesar di Okinawa. Disaat beliau berumur hampir mendekati 70 tahun, dia membuka dojo, yang kemudian disebut Shotokan. Shotokan karate berkarakteristik teknik linier yang bertenaga dan cara berdiri yang kokoh.

Wado-ryu “jalan harmoni” didirikan pada tahun 1939, merupakan system karate yang dikembangkan dari Jujitsu dan karate oleh Hironori Otsuka. Dia mempelajari karate dari Gichin Funakoshi. Aliran karate ini mengkombinasikan teknik pergerakan dasar Jujitsu dengan teknik menghindar, menekankan pada kelembutan, harmoni dan disiplin spiritual.<sup>78</sup>

---

<sup>78</sup> PB Forki, *Sejarah dan Organisasi Karate*, (Jakarta: 1990).

Banyak pendapat yang menjelaskan asal mula karate, namun dari berbagai pendapat dapat dijelaskan bahwa seni beladiri karate tumbuh besar pertama kali di Okinawa Jepang.<sup>79</sup>

Sejarah karate di Indonesia sendiri bukan dibawa oleh para tentara Jepang, namun karate di Indonesia masuk karena dibawa oleh para mahasiswa yang pulang ke Tanah air se usai menyelesaikan pendidikannya di Jepang. Pada tahun 1963 beberapa mahasiswa Indonesia antara lain: Baaud AD Adikusuma, Kariato Djojonegoro, Mochtar Ruskan, dan Ottoman Nuh mendirikan dojo di Jakarta. Mereka inilah yang mula-mula memperkenalkan karate (aliran Shotokan) di Indonesia, dan selanjutnya mereka membentuk wadah yang mereka namakan Persatuan Olahraga Karate Indonesia (PORKI) yang diresmikan pada tanggal 10 Maret 1964 di Jakarta.

Beberapa tahun kemudian beberapa mahasiswa lulusan dari Jepang seperti, Setyo Haryono (pendiri Gojukai), Anton Lesiangi, Sabeth Muchsin dan Chairul Taman yang turut mengembangkan karate di Tanah air. Disamping eks mahasiswa tersebut di atas orang-orang Jepang yang datang ke Indonesia dalam rangka usaha telah pula ikut serta memberikan warna bagi perkembangan karate di Indonesia. Mereka ini antara lain: Matsusaki (Kushinryu 1966), Ishi (Gojuryo 1969), Hayashi (Shitoryu 1971), dan Oyama (Kyokushinkai 1967).

Karate ternyata memperoleh banyak penggemar, yang implementasinya terlihat muncul dalam berbagai macam organisasi pengurus karate. Dengan berbagai aliran seperti yang dianut oleh masing-masing pendiri keguruan. Banyaknya perguruan karate dengan berbagai aliran menyebabkan terjadinya ketidakcocokan diantar para tokoh tersebut, sehingga menimbulkan perpecahan di 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 IV PORKI, terbentuklah satu

---

wadah organisasi karate yang diberi nama Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia (FORKI). Ada sekitar dua puluh lima anggota FORKI salah satunya Bandung Karate Club (BKC).

### 3. Sejarah Bandung Karate Club (BKC)

BKC singkatan dari Bandung Karate Club namun pada pengertian yang sebenarnya BKC yaitu Bina Ksatria Cita, yang didirikan di Bandung pada tanggal 16 Juni 1966, tepatnya di gedung Mardisantosa yang terletak di jalan Sunda No.2, oleh Iwa Rahadian Arsanata. Sejak tahun 1962, telah dirintis pendiriannya dengan nama Bandung Karate School for Self Defence. Tercatat anggota pertama Bandung Karate Club adalah siswa-siswa sekolah pendidikan jasmani, SMAN Jalan Belitung, STMN 1 Jalan Radjiman. Latihan alam pertama kali dilakukan disekitar pondok BKC sekarang, latihan pantai pertama dilakukan di pelabuhan Ratu. Selepas peringatan ulang tahun BKC ke-6, Juni 1972, terjadi kemelut di tubuh BKC, ada tujuh orang senior BKC berdalih mengundurkan diri, namun ternyata dia memiliki niat buruk terhadap BKC. BKC di kota Bandung menjadi porak poranda, hingga Kang Iwa terbangun ke Tasikmalaya. Tiada disangka Tuhan Maha Kasih, BKC berdiri berdasarkan sumber ajaran Jalaksana, maka BKC tetap utuh dan terjaga. Sebelas kader muda BKC, bertempat di kediaman kang Awal di Jalan Patrakomala No. 11, berikrar BKC harus tetap ada, sekalipun berubah nama untuk sementara dengan nama INSI, kembali kebenaran menyinari BKC. Pada musyawarah lembaga aliran karate yang pertama di Jakarta, atas jasa ibu Yusuf dari perguruan INKAI, BKC diakui sebagai anggota Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia sehingga sampai saat ini BKC jaya hingga kelak. Ketujuh senior yang berdalih mengundurkan diri dari BKC terpecah belah dan mendirikan perguruan sendiri-sendiri. BKC bagaikan sebuah sungai, dari hulunya kecil makin hilir semakin besar, dan pasti bermuara juga, BKC juga seperti ikan salmon, hidup jauh ditengah lautan, namun kodratnya bertelur dan beranak pinak jauh di pedalaman sungai. Modal utama segenap warga BKC senantiasa

mensyukuri akan Karunia Illahi, dan seyogyanya memaknai Ajaran Jalaksana dalam kehidupan sehari-harinya.<sup>80</sup>

#### 4. Gerakan Dasar Bela Diri Karate BKC

- a. Latihan kebugaran fisik,<sup>81</sup> pemanasan merupakan latihan permulaan yang bertujuan untuk menyiapkan fisik maupun mental, dari kondisi rileks ke suasana latihan (*training zone*). Latihan pemanasan juga bertujuan untuk mencegah terjadinya cedera olahraga, baik cedera fisik maupun cedera psikologi. Gerakan-gerakan pemanasan dimulai dari gerakan yang paling ringan dan bertahap menuju gerakan yang berat. Pemanasan dilakukan dengan gerakan perlahan dan tidak boleh menyentak-nyentak. Contohnya: lari, sikap kapal terbang, sit up, push up dll.
- b. Teknik pukulan, penggunaan tangan dalam karate meliputi semua cara melakukan serangan dengan berbagai macam pukulan. Selain itu, semua cara melakukan pertahanan diri dengan berbagai macam tangkisan. Rahasia kekuatan pukulan terletak pada ketepatan memutar pinggang dan memindahkan seluruh kekuatan pada tangan yang dibenturkan pada sasaran. Contohnya :
  - 1) Pukulan Sodokan Panjang, pukulan ini dilakukan dengan mengarahkan tangan jauh ke depan, dengan sikap kaki menggunakan kuda-kuda depan, pada saat melakukan pukulan, posisi badan condong ke depan dan kaki depan ditekuk sebagai penyangga berat badan dan kaki belakang lurus telapak kaki boleh jinjit.
  - 2) Pukulan Sodokan Rapat adalah pukulan yang dilakukan dengan cara menyodokkan kepalan tangan dari bawah ke atas atau miring dari luar ke dalam. Pukulan ini utama digunakan untuk perkelahian jarak dekat, dapat dilakukan dengan sikap kaki memanjang, seluruh kekuatan pukulan ini harus dipusatkan pada

---

<sup>80</sup> PB BKC, *Sejarah BKC*, Bandung

<sup>81</sup> Dewi Nastiti, *Menjadi Karateka*, (Jakarta: Be Champion), hlm 11-46

tangan. Sasaran pukulan ini adalah ulu hati, ginjal, dan ujung dagu.

- c. Teknik tangkisan, karate sangat mementingkan teknik tangkisan dan pertahanan diri, hal yang perlu diperhatikan dalam teknik ini adalah sering terjadi benturan antara tangan dan alat serangan lawan. Oleh sebab itu, sebelum melaksanakan tangkisan, terlebih dahulu latihlah kekuatan-kekuatan otot tangan. Hal ini penting untuk menghindari terjadinya cedera otot dan persendian.

Contohnya:

- 1) Tangkisan atas, adalah tangkisan yang digunakan untuk menahan serangan lawan pada bagian tubuh atas. Teknik tangkisan ini dilakukan dengan mengepalkan tangan dengan meletakkan kepalan tangan kanan disamping dada menghadap ke atas, dan tangan kiri berada di depan dada dengan posisi kepalan menghadap ke bawah, pukulkan tangan kanan melintasi muka dan kepala dan tangan kiri di tarik ke samping dada untuk membentuk keseimbangan, begitu seterusnya.
  - 2) Tangkisan luar berguna untuk menahan serangan lawan pada tubuh bagian tengah, cara melakukannya adalah dengan sikap kaki kangkang, kedua tangan dikepalkan dan diletakan disamping badan, kemudian lakukan persiapan dengan menyilang ke dua tangan di depan dada, sabetkan lengan sisi kanan ke sisi kanan dengan posisi siku menghadap kebawah, tarik kepalan tangan kiri ke sebelah dada untuk membentuk keseimbangan.
- d. Teknik tendangan, prinsip yang harus diperhatikan dalam teknik tendangan adalah seluruh kekuatan harus dipusatkan pada saat tendangan membentur sasaran. Selanjutnya, kaki harus ditarik kembali secepatnya ke posisi semula. Jaga posisi badan agar tidak terlalu condong ke depan atau ke belakang yang bisa mengurangi

keseimbangan. Tendangan tidak boleh terlalu tinggi melebihi ukuran postur tubuh kita. Contohnya :

- 1) Tendangan lurus ke depan sasarannya adalah dada, perut dan kemaluan. Cara melakukannya dengan kaki kiri berada sedikit dilangkahkan dengan kaki kanan, kepalkan tangan kanan berada di samping dada dan kepalan tangan kiri di julurkan di depan dada, angkat kaki kanan tekuk jari-jarinya sampai menghadap ke tanah, kemudian tendangkan kaki kanan ke arah depan, setelah itu tarik kembali ke posisi semula.
- 2) Tendangan lurus ke samping, fungsinya untuk menyerang tubuh lawan baik bagian atas, tengah, maupun bawah. Cara melakukannya adalah dengan berdiri seperti pada sikap tendangan lurus ke depan, angkat lutut kaki kanan kemudian putar pinggul ke depan dengan menggeser telapak kaki hingga jari-jarinya menghadap ke samping kiri. Kemudian tendangkan kaki lurus ke depan. Lalu tarik kaki kembali.

#### 5. Empat Pendekatan atau Cara Pengajaran Karate

Menurut Nakahara Nobuyuki terdapat empat pendekatan bela diri karate.<sup>82</sup>

- a. Sebagai latihan senam, sebagai program latihan sederhana untuk membentuk otot dan melatih tubuh.
- b. Sebagai olahraga, atau permainan, dimana kita memenangkan permainan itu dengan mengumpulkan poin, sesuai aturan tertentu.
- c. Pertarungan kontak tubuh dengan menggunakan alat bantu, hingga berdarah darah menjadi hiburan yang menyenangkan penonton.
- d. Sebagai seni bela diri, atau jalan bela diri dengan kata lain sebagai jalan hidup.

---

<sup>82</sup> Hermawan Sulistiyo, *Sejarah Karate* ....., hlm. 27-103

#### D. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar

Dalam penelitian ini siswa yang dimaksud adalah anak usia sekolah dasar (SD). Usia rata-rata anak Indonesia saat masuk usia sekolah dasar adalah 6 tahun dan selesai pada usia 12 tahun. Jika mengacu pada pembagian tahapan perkembangan anak, dapat dikatakan anak usia sekolah berada dalam dua masa perkembangan, yaitu masa kanak-kanak tengah (6-9 tahun), dan masa kanak-kanak akhir (10-12 tahun). Anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda. Dia senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok, dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung.<sup>83</sup>

Ada tiga ciri utama pada masa ini yang mampu menunjukkan perbedaan dengan masa sebelumnya, yaitu:<sup>84</sup>

1. Dorongan anak untuk masuk ke dalam dunia permainan dan pekerjaan yang membutuhkan keterampilan otot-otot.
2. Dorongan anak untuk keluar dari lingkungan rumah dan masuk ke dalam kelompok sebaya.
3. Dorongan mental untuk memenuhi dunia konsep-konsep logika, simbol, dan komunikasi secara dewasa.

Sigmund Freud memberikan nama fase usia SD ini dengan fase *latent*, yang mana dorongan-dorongan pada diri peserta didik seakan-akan mengendap (laten), tidak menggelora seperti masa-masa sebelum dan sesudahnya. Hal ini dikarenakan pada masa usia ini anak dihadapkan dengan penyesuaian diri dengan tuntutan baru di sekolah. Anak usia ini akan mengalami peristiwa-peristiwa penting yang akan terjadi di sekolah di mana akan mengakibatkan pada perubahan sikap, nilai, dan perilaku.<sup>85</sup>

Adapun karakteristik anak usia sekolah dasar menurut Giri Wirianto sebagai berikut :<sup>86</sup>

---

<sup>83</sup> Ilzamul Wafik, *Buku Panduan Seni Bela Diri Tapak Suci*, (Academia: Tapak Suci UMYes, t.t.), hlm. 33

<sup>84</sup> Ilzamul Wafik, *Buku Panduan.....*, hlm. 42

<sup>85</sup> Novan Ardy Wiyani, *Desain Pembelajaran Pendidikan Tata Rancang Pembelajaran Menuju Pencapaian Kompetensi*, (Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2017), hlm. 70-71

<sup>86</sup> Giri Wiaro, *Psikologi Perkembangan Manusia*, (Yogyakarta: Psikosain, 2015), hlm. 100

1. Menguasai keterampilan fisik yang diperlukan dalam permainan dan aktivitas fisik.
2. Membina hidup sehat
3. Belajar bergaul dan bekerja dalam kelompok
4. Belajar menjalankan peranan sosial sesuai dengan jenis kelamin
5. Belajar membaca, menulis, dan berhitung agar mampu berpartisipasi dalam masyarakat
6. Memperoleh jumlah konsep yang diperlukan untuk berfikir efektif
7. Mengembangkan kata hati, moral, dan nilai-nilai
8. Mencapai kemandirian pribadi

#### **E. Pengembangan Kecerdasan Kinestetik melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD**

Kecerdasan kinestetik merupakan kecerdasan yang melibatkan seluruh anggota tubuh untuk melakukan gerakan seperti berlari, menari, ataupun melakukan kegiatan seni dan sebagainya. Ada beberapa cara yang digunakan untuk dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik diantaranya sebagai berikut:<sup>87</sup>

1. Libatkan fisik secara umum dalam proses pembelajaran
2. Lakukan rehersial melalui gerakan, permainan peran, simulasi dan kegiatan praktis lainnya
3. Berikan rehat fisik secara rutim sambil melakukan permainan
4. Beri kesempatan pada murid untuk mengungkapkan pengertiannya dengan membuat atau memanipulasi obyek
5. Tetapkan terget untuk meningkatkan diri dalam bidang olahraga atau seni yang melibatkan kemampuan koordinasi tubuh

Aktivitas untuk meningkatkan perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak dapat digunakan dengan cara sebagai berikut:<sup>88</sup>

---

<sup>87</sup> Adi W. Gunawan, *Genius Learning*....., hlm. 222

<sup>88</sup> May Lwin dkk, *Cara Mengembangkan*....., hlm.179-190

1. Menyediakan kesempatan untuk aktivitas fisik di dalam rumah

Anak-anak memerlukan ruang untuk menghabiskan tingkat energi mereka yang tinggi. Mereka perlu memahami tubuh mereka dan kemampuan gerak mereka melalui gerakan. Permainan fisik memberikan kondisi yang sempurna untuk gerakan dan memberikan ruang untuk bermain bukan berarti tugas yang sukar.

2. Menyediakan kesempatan untuk aktivitas fisik di luar

Tidak ada yang menyamai aktivitas spontan di luar ruang, di dalam lingkungan rumah tangga, untuk mendorong perkembangan fisik anak. Aktivitas fisik di luar dapat mengajak anak ke beberapa tempat favorit bagi anak misalnya ajak anak ke kebun binatang, pantai, dan taman. Orang tua dapat mendorong aktivitas di luar rumah yang demikian dengan berperan serta dan menemukan ide kreatif untuk membuat anak-anak senang.

3. Mengembangkan keberanian di air

Salah satu cara terbaik untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik adalah melalui aktifitas yang berkaitan dengan air. Cara yang paling efektif untuk mengembangkan pemahaman dan keberanian di air adalah dengan memanjakan anak-anak pada air sejak kecil.

Berdasarkan uraian di atas mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik, kegiatan ekstrakurikuler serta bela diri karate BKC dan karakteristik anak usia sekolah dasar, dapat disimpulkan bahwa untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik melalui ekstrakurikuler bela diri karate BKC adalah sebagai berikut:<sup>89</sup>

1. Bergabunglah dengan kegiatan ekstrakurikuler yang berada di sekolah  
Misalnya dengan mengikuti ekstrakurikuler bela diri karate BKC
2. Libatkan fisik dalam proses latihan
3. Berlatih secara teratur dalam kegiatan menari
4. Lakukan latihan melalui gerak, bermain peran, serta olahraga

---

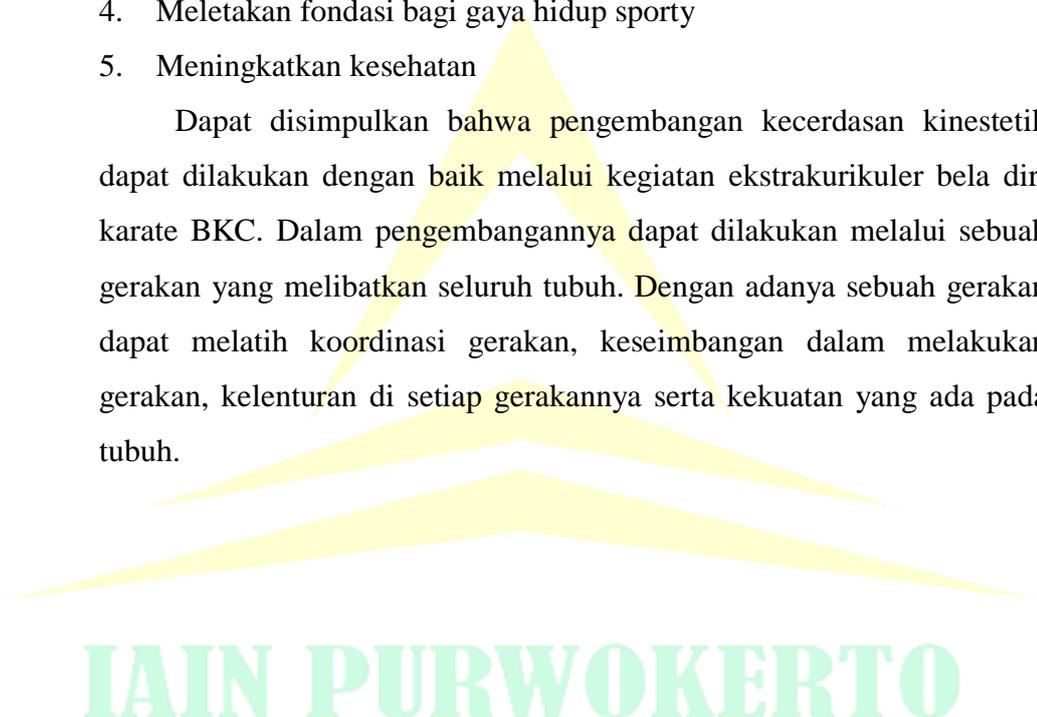
<sup>89</sup> Yuliani Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif* ....., hlm. 59

5. Tetapkan target untuk meningkatkan diri dalam bidang seni tari atau kecakapan yang melibatkan koordinasi tubuh
6. Berilah kesempatan pada murid untuk mengungkapkan pengertiannya dengan membuat atau memanipulasi objek.

Adapun manfaat pengembangan kecerdasan kinestetik melalui ekstrakurikuler bela diri karate BKC adalah sebagai berikut:<sup>90</sup>

1. Meningkatkan kemampuan psikomotor
2. Meningkatkan keterampilan sosial
3. Mengembangkan rasa percaya diri
4. Meletakkan fondasi bagi gaya hidup sporty
5. Meningkatkan kesehatan

Dapat disimpulkan bahwa pengembangan kecerdasan kinestetik dapat dilakukan dengan baik melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC. Dalam pengembangannya dapat dilakukan melalui sebuah gerakan yang melibatkan seluruh tubuh. Dengan adanya sebuah gerakan dapat melatih koordinasi gerakan, keseimbangan dalam melakukan gerakan, kelenturan di setiap gerakannya serta kekuatan yang ada pada tubuh.



IAIN PURWOKERTO

---

<sup>90</sup> May Lwin dkk, *Cara Mengembangkan.....* ,hlm.170-176

## BAB III

### METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan unsur yang penting dalam rancangan penelitian. Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan penulis untuk memperoleh data mengenai topik yang ia pilih. Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>91</sup> Untuk penelitian ini penulis menggunakan beberapa langkah yaitu:

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis lakukan termasuk dalam penelitian lapangan (*field research*) yaitu studi empiris dengan cara terjun langsung dilokasi penelitian terhadap fenomena yang terjadi, yaitu di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas. Penelitian ini bersifat kualitatif-deskriptif. Penelitian deskriptif-kualitatif adalah metode penelitian bertujuan untuk menggambarkan secara utuh mendalam tentang realitas sosial dan berbagai fenomena yang terjadi di masyarakat yang menjadi subjek penelitian sehingga tergambar ciri, karakter, sifat, dan model dari fenomena tersebut.<sup>92</sup>

Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksud untuk mengumpulkan informasi atau data mengenai status gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan.<sup>93</sup> Lexy J. Moleong yang mengutip pendapatnya Denzin dan Lincoln mengatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar ilmiah, dengan maksud menafsirkan fenomena-fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.<sup>94</sup>

---

<sup>91</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hlm. 3

<sup>92</sup> Wina Sanjaya, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2013), hlm. 47

<sup>93</sup> Suharmi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2002), hlm. 309

<sup>94</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosda, 2012), hlm 4

Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah.<sup>95</sup> Dalam hal ini penulis berupaya mengumpulkan data atau informasi mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah.

## **B. Lokasi Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis mengambil lokasi di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas, penelitian ini dilakukan atas pertimbangan sebagai berikut :

- a. SD Negeri 02 Sokaraja Tengah merupakan SD Negeri di Kecamatan Sokaraja Tengah yang sudah terakreditasi A (amat baik). Selain itu SD Negeri 02 Sokaraja Tengah termasuk salah satu SD favorit dan sudah dianggap menjadi salah satu SD yang dianggap maju oleh masyarakat.
- b. Prestasi yang diraih SD Negeri 02 Sokaraja Tengah pada berbagai bidang, seperti : bidang akademik, bidang non-akademik (ekstrakurikuler), dan lain-lain
- c. Banyak kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan potensi yang dimiliki siswa. Salah satu ekstrakurikuler yaitu ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)
- d. Kepala sekolah SD Negeri 02 Sokaraja Tengah yaitu Bapak Mujiyatno, S.Pd telah berkenan memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian

## **C. Objek Penelitian**

Objek penelitian adalah apa yang menjadi titik perhatian dalam suatu penelitian.<sup>96</sup> Adapun objek penelitian ini adalah proses pengembangan kecerdasan kinestetik pada siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) yang ada di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas.

---

<sup>95</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian.....*, hlm. 14

<sup>96</sup> Suharmi Arikunto, *Prosedur Penelitian .....*, hlm.96

#### D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber utama yang dituju untuk diharapkan informasinya mengenai hak-hak yang berkaitan dengan masalah yang diteliti, yaitu orang atau apa saja yang menjadi pusat perhatian atau sasaran penelitian.<sup>97</sup> Dalam penelitian kualitatif, data yang dikumpulkan berhubungan dengan fokus penelitian. Data-data tersebut terdiri dari dua jenis data yaitu data yang bersumber dari manusia dan data bersumber dari non manusia. Data dari manusia diperoleh dari orang yang menjadi informan dalam hal ini orang yang secara langsung menjadi subjek penelitian. Sedangkan data non manusia bersumber dari dokumen-dokumen berupa catatan, rekaman gambar atau foto, dan hasil-hasil observasi yang berhubungan dengan fokus penelitian ini.<sup>98</sup>

Subjek penelitian di sini dipilih dengan menggunakan metode *purposive sampling*. *Purposive Sampling* adalah teknik pengumpulan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini, misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek/situasi sosial yang diteliti.<sup>99</sup> Adapun subjek dalam penelitian ini adalah :

##### 1. Pembina ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)

Pembina ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) merupakan orang yang bertanggung jawab penuh terhadap pelaksanaan ekstrakurikuler bela diri Karate BKC. Dalam hal ini yang menjadi sumber data dalam penelitian adalah Bapak Sahrul Safangat, S.Pd selaku pembina ekstrakurikuler karate BKC.

##### 2. Pelatih ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)

Melalui Bapak Sugeng Wiwit selaku pelatih, peneliti dapat mengetahui sejauh mana proses perkembangan kecerdasan kinestetik dan keberhasilan siswa melalui ekstrakurikuler yang diselenggarakan.

<sup>97</sup> Suharmi Arikunto, *Prosedur Penelitian* ....., hlm. 17

<sup>98</sup> Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian Praktis*, (Yogyakarta: Teras, 2011), hlm.58

<sup>99</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian* ....., hlm. 300

3. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)

Melalui 22 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bela diri karate BKC, peneliti dapat mengetahui secara pasti bagaimana kecerdasan kinestetik yang dimiliki siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club).

**Tabel 1**  
**Jumlah Peserta Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah**

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1.	Kelas 1	8
2.	Kelas 2	4
3.	Kelas 3	3
4.	Kelas 4	4
5.	Kelas 5	3

4. Kepala Sekolah

Melalui kepala sekolah Bapak Mujiyatno, S.Pd, dari beliau dapat diperoleh data yang berkaitan dengan gambaran umum tentang SD Negeri 02 Sokaraja Tengah. Informasi yang di peroleh dapat dijadikan data oleh penulis untuk mendukung terkait dengan penelitian di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan dari penelitian adalah mendapatkan data tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang diterapkan.<sup>100</sup>

Untuk memperoleh data penelitian yang valid dan benar, maka dibutuhkan teknik pengumpulan data yang tepat. Pengumpulan data diarahkan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka

<sup>100</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian* ....., hlm. 308

mencapai tujuan penelitian, maka dari itu dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut :

#### 1. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan suatu teknik atau cara mengumpulkan data dengan jalan mengadakan pengamatan terhadap kegiatan data dengan jalan mengadakan pengamatan terhadap kegiatan yang sedang berlangsung. Kegiatan tersebut bisa berkenaan dengan cara guru mengajar, siswa belajar, kepala sekolah yang sedang memberi pengarahan, dsb.<sup>101</sup> Dalam observasi, cara yang paling efektif adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen.<sup>102</sup>

Dalam penelitian ini jenis observasi yang dilakukan adalah observasi non partisipan dan terstruktur. Observasi non partisipan adalah observasi dimana peneliti tidak ikut serta atau tidak terlibat langsung dan hanya sebagai pengamat independen.<sup>103</sup> Teknik observasi ini digunakan untuk mengamati dan mencatat secara langsung mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas. Peneliti melakukan observasi kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah sebanyak empat kali latihan.

**Tabel 2**  
**Jumlah Observasi di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah**  
**Kabupaten Banyumas**

No	Tanggal	Hasil Observasi
1.	31 Januari 2019	Pelaksanaan awal kegiatan karate
2.	7 Februari 2019	Latihan Fisik Siswa
3.	14 Februari 2019	Latihan Teknik Dasar
4.	21 Februari 2019	Pemantauan perkembangan siswa

<sup>101</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), hlm. 220

<sup>102</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian.....*, hlm. 272

<sup>103</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian .....*, hlm. 204

## 2. Wawancara

Wawancara adalah bentuk komunikasi antara dua orang, melibatkan seseorang yang ingin memperoleh informasi dari seseorang lainnya dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan, berdasarkan tujuan tertentu.<sup>104</sup> Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin mengetahui studi pendahuluan untuk menentukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan juga jumlah respondennya sedikit atau kecil.<sup>105</sup>

Dalam penelitian ini, jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan setelah secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara dimintai pendapat dan ide-idenya.<sup>106</sup>

Sebelum melakukan wawancara, peneliti melakukan beberapa langkah-langkah agar wawancara berjalan dengan lancar, yaitu menetapkan responden dan menyiapkan pedoman wawancara. Dalam penelitian ini responden melakukan wawancara yang pertama dengan Kepala Sekolah, Pembina Ekstrakurikuler Karate BKC, Pelatih, dan Siswa SD Negeri 2 Sokaraja yang mengikuti ekstrakurikuler Karate BKC. Teknik wawancara ini digunakan untuk memperoleh informasi sebanyak-banyaknya mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah. Dalam hal ini penulis melakukan wawancara sebanyak tiga kali.

---

<sup>104</sup> Deddy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Rosdakarya, 2017), hlm.180

<sup>105</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian .....*, hlm. 194

<sup>106</sup> Sugiyomo, *Metode Penelitian.....*, hlm. 320

**Tabel 3**  
**Jumlah Wawancara di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah**  
**Kabupaten Banyumas**

No	Tanggal	Responden
1.	28 Januari 2019	Kepala Sekolah Bapak Mujiyatno
2.	5 Februari 2019	Pembina Bapak Sahrul Safangat
3.	14 Februari 2019	Pelatih Bapak Sugeng Wiwit
		Siswa (Batrisya Esta, Cahyo P)

### 3. Metode Dokumentasi

Dokumentasi adalah mengumpulkan data dengan melihat atau mencatat suatu laporan yang sudah tersedia.<sup>107</sup> Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto dokumentasi yaitu suatu metode untuk memperoleh informasi mengenai benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen peraturan, catatan harian dan sebagainya.<sup>108</sup> Cara mengumpulkan data melalui peninggalan tertulis, seperti arsip-arsip dan termasuk juga buku-buku tentang pendapat, teori, dalil atau hukum-hukum, dan lain-lain yang berhubungan dengan masalah penelitian disebut teknik dokumentasi.<sup>109</sup> Dokumentasi ini merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.

Teknik dokumentasi yang untuk mengumpulkan data dan dokumen-dokumen sebagai contoh presensi kehadiran siswa yang mengikuti ekstrakurikuler BKC (Bandung Karate Club) yang berkaitan dengan pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas.

<sup>107</sup> Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian* ....., hlm.92

<sup>108</sup> Suharmi Arikunto, *Prosuder Penelitian* ....., hlm.135

<sup>109</sup> S. Margono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2003), hlm. 181

## F. Teknik Analisis Data

Setelah data dari responden atau sumber lain terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data untuk memperoleh kesimpulan. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola. Memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>110</sup>

Dalam hal ini, proses menganalisis data berarti mengelola data yang sudah didapat dengan mendalami pemahaman terhadap hasil dari pengumpulan data kemudian disusun menjadi kata-kata dan kalimat yang rasional sehingga mudah dipahami maksud dari hasil penelitian tersebut.

Miles dan Huberman yang dikutip oleh sugiyono mengungkapkan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu *data raduction*, *data display*, dan *conclucions drawing/verification*, pada penelitian ini kegiatan teknik analisis data meliputi :

### a. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya, dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian, data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah penelitian untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.<sup>111</sup>

Mereduksi data yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu dengan mengumpulkan data-data terkait dengan pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri

---

<sup>110</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian* ....., hlm. 335

<sup>111</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian* ....., hlm. 338

karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah yang peneliti peroleh dari sumber data, kemudian memisahkan antara data yang penting dan yang tidak penting, untuk kemudian diambil data yang pokok dan penting dalam penelitian tersebut.

b. *Data Display* (Penyajian Data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Data yang telah terkumpul kemudian disajikan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchat* dan sejenisnya. Penyajian data akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.<sup>112</sup>

Penulis dalam menyajikan data hasil penelitian menggunakan teks yang bersifat naratif untuk mempermudah penulis dan pembaca dalam memahami hasil penelitian tersebut. Melalui penyajian data, data terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan sehingga akan semakin mudah dipahami. Data-data yang tersusun dengan benar dalam penyajian data memungkinkan peneliti untuk menarik kesimpulan dengan benar.

c. *Conclusion Drawing* (Penarikan Kesimpulan)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan atau verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti yang telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan.<sup>113</sup>

Pada kegiatan kesimpulan yang diharapkan adalah temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan ini dapat berupa deskripsi

---

<sup>112</sup> *Ibid*, hlm 341

<sup>113</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian* ....., hlm. 345

atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.<sup>114</sup> Teknik ini, penulis gunakan untuk menyimpulkan data dari berbagai informasi dan data yang telah diperoleh mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 02 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas



---

<sup>114</sup> *Ibid*, hlm. 345

## BAB IV

### PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN PENGEMBANGAN KECERDASAN KINESTETIK SISWA MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER KARATE BKC (BANDUNG KARATE CLUB) DI SD NEGERI 2 SOKARAJA TENGAH

#### A. Penyajian Data

##### 1. Gambaran Umum SD Negeri 2 Sokaraja Tengah

###### a. Letak Geografis

Secara geografis, SD Negeri 2 Sokaraja Tengah terletak di Jl. Krida Mandala No. 17, Sokaraja Tengah, Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah. Letaknya cukup strategis karena terletak di dekat jalan utama sehingga mudah dijangkau para siswa, guru, dan karyawan yang datang dengan kendaraan seperti sepeda, sepeda motor, mobil, atau angkutan umum.

Menurut data dokumen sekolah letak SD Negeri 2 Sokaraja Tengah berbatasan dengan beberapa tempat, yaitu :

- 1) Sebelah Utara : Pemukiman Penduduk
- 2) Sebelah Timur : Pemukiman Penduduk
- 3) Sebelah Selatan : Balai Desa Sokaraja Tengah
- 4) Sebelah Barat : Pemukiman Penduduk

###### b. Profil SD Negeri 2 Sokaraja Tengah

- 1) Nama Sekolah : SD Negeri 2 Sokaraja Tengah
- 2) Status : Negeri
- 3) Alamat : Jln. Krida Mandala No.17
  - a) RT / RW : 4 / 3
  - b) Kode Pos : 53181
  - c) Kelurahan : Sokaraja Tengah
  - d) Kecamatan : Sokaraja
  - e) Kabupaten/Kota : Banyumas
  - f) Provinsi : Jawa Tengah

- 4) Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah
  - 5) Tahun Berdiri : Tahun 1953
  - 6) NPSN : 20302161
  - 7) Waktu Penyelenggaraan : Pagi/6 Hari
  - 8) Jumlah Gedung Sekolah : 4 Buah
  - 9) Jumlah Rombel : 12 Rombel
  - 10) Luas Tanah Seluruh : 4115 m<sup>2</sup>
  - 11) Luas Bangunan : 1166 m<sup>2</sup>
  - 12) Jumlah Seluruh Siswa : 379 siswa
- c. Visi dan Misi SD Negeri 2 Sokaraja Tengah

1) Visi Sekolah

SD Negeri 2 Sokaraja Tengah ingin mewujudkan harapan siswa, orang tua, lembaga dan masyarakat serta merespon perkembangan tantangan masa depan dalam agama dan ilmu pengetahuan dalam visi berikut :

"MEWUJUDKAN INSAN BERTAQWA, CERDAS, TERAMPIL, MANDIRI DAN BERKARAKTER YANG UNGGUL DALAM PRESTASI SERTA BERWAWASAN LINGKUNGAN "

2) Misi Sekolah

Sedangkan misi yang dijalankan oleh SD Negeri 2 Sokaraja Tengah adalah sebagai berikut :

- a) Meningkatkan ketaqwaan dan keimanan siswa melalui pendidikan agama / keyakinan yang dianutnya.
- b) Melaksanakan Pembelajaran Aktif Kreatif Efektif dan Menyenangkan (PAKEM) untuk mengembangkan potensi intelektual dan wawasan keilmuan siswa yang berbasis kompetensi.
- c) Meningkatkan keterampilan, bakat, minat dan budi pekerti siswa melalui berbagai kegiatan pelatihan, pengembangan

diri maupun pembinaan yang dilakukan secara berkala dan berkelanjutan.

- d) Meningkatkan daya saing kemampuan siswa dalam mengolah pikir melalui kegiatan multi media elektronik secara mandiri.
  - e) Mengembangkan dan menumbuhkan semangat keunggulan secara intensif kepada seluruh warga sekolah melalui inovasi dan perkembangan IPTEK.
  - f) Meningkatkan rasa disiplin dan setia kawan serta menumbuhkan rasa cinta terhadap tanah air, bangsa, dan negara, bagi seluruh warga sekolah.
  - g) Menanamkan sikap peduli terhadap lingkungan.
- d. Keadaan Guru dan Karyawan

SD Negeri 2 Sokaraja Tengah telah memiliki 19 orang tenaga pendidik atau guru, 1 tenaga perpustakaan, 1 tenaga administrasi sekolah dan 1 penjaga sekolah. Adapun data-data tenaga pendidik dan kependidikan SD Negeri 2 Sokaraja Tengah ditampilkan dalam tabel berikut :

**Tabel 4**  
**Daftar Nama Guru dan Karyawan di SD Negeri 2**  
**Sokaraja Tengah<sup>115</sup>**

No	Nama / NIP	L/P	Jabatan
1	Mujiyatno, S.Pd. NIP.19681006 199307 1 001	L	Kepala Sekolah
2	Suroso, S.Pd NIP. 19591121 198405 1 002	P	Guru Mapel
3	Siti Kualifah, S.Pd. NIP. 19600206 198304 2 004	P	Guru Kelas IA
4	Sumarsih, S.Pd.SD NIP. 19620326 198201 2 002	P	Guru Kelas IB

<sup>115</sup> Dokumentasi keadaan guru dan karyawan SD Negeri 2 Sokaraja Tengah, dikutip tanggal 15 April 2019

5	Marwanti, S.Pd. NIP. 19620413 198304 2 004	P	Guru Kelas VIA
6.	M. Najib, S.Ag. NIP. 19591107 198304 1 004	L	Guru PAI
7.	Ratna Suroptowati NIP. 19620502 198405 2 003	P	Guru Penjaskes
8.	Indah Puspitasari, S.Pd. NIP. 19780420 200801 2 025	P	Guru Kelas V A
9.	Beti Priani, S.Pd.SD. NIP. 19720312 201406 2 004	P	Guru Kelas IV B
10.	Sahrul Safangat, S.Pd.SD NIP. 19810523 201406 1 002	L	Guru Kelas VI B
11.	Hartana, S.Pd NIP. 19650423 198702 1 001	L	Guru Mapel
12.	Niken Sawitri Bagiastu, S.Pd NIP. 19581023 197701 2 001	P	Guru Kelas III B
13..	Bambang Riswono, S.Pd.	L	Guru Kelas II B
14.	Rizaludin Latif, S.Pd	L	Guru Kelas IV A
15.	Fadilah Sri Astuti, S.Pd	P	Guru Kelas II A
16.	Ratih Ratna Sari, S.Pd	P	Guru Kelas III A
17.	Ita Misanti, S.Pd.I.	P	Guru PAI
18.	Defi Ayu Wulandari, S.Pd	P	Guru Kelas V B
19.	Nur Ningsih, S.Pd	P	Guru Kelas
20.	Sulistiyani, A.Ma.Pust	P	Pustakawan
21.	Dwi Astuti	P	Administrasi Sekolah
22.	Eko Darmanto	L	Penjaga Sekolah

e. Keadaan Siswa SD Negeri 2 Sokaraja Tengah

Siswa SD Negeri 2 Sokaraja Tengah berasal dari masyarakat dari kecamatan Sokaraja dan sekitarnya. Mereka berasal dari kalangan masyarakat yang berbeda-beda, ada yang dari kalangan menengah kebawah dan beberapa dari kalangan menengah keatas. Di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah terdapat 12 ruang kelas, yang terdiri dari :

**Tabel 5**  
**Jumlah Siswa SD Negeri 2 Sokaraja Tengah**  
**Berdasarkan Tingkat Pendidikan<sup>116</sup>**

No	Tingkat Pendidikan	L	P	Total	Jumlah Rombel
1.	Kelas 1	30	26	56	2
2.	Kelas 2	43	30	73	2
3.	Kelas 3	38	31	69	2
4.	Kelas 4	32	38	70	2
5.	Kelas 5	25	36	61	2
6.	Kelas 6	22	23	50	2
<b>Total</b>		190	189	379	12

f. Sarana dan Prasarana

Sarana dan Prasarana merupakan faktor penunjang yang memiliki peranan penting dalam keberhasilan proses pembelajaran di sekolah. Tanpa didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai maka proses pembelajaran di sekolah tidak dapat berjalan dengan baik sebagaimana tercantum dalam sistem pendidikan nasional, serta visi dan misi sekolah.

---

<sup>116</sup> Dokumentasi keadaan guru dan karyawan SD Negeri 2 Sokaraja Tengah, dikutip tanggal 15 April 2019

Yang dimaksud dengan sarana pendidikan adalah segala fasilitas yang berkaitan langsung dengan proses belajar. Sedangkan yang dimaksud dengan prasarana adalah segala fasilitas yang berkaitan langsung dengan proses belajar mengajar.

Adapun sarana dan prasarana yang dimiliki SD Negeri 2 Sokaraja berdasarkan hasil penelusuran dokumen penulis peroleh sebagai berikut :

1) Ruang dan gedung

**Tabel 6**  
**Kedatan Prasarana Gedung di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah**  
**Tahun Pelajaran 2018/2019**

No	Jenis	Jumlah
1.	Ruang Kelas	12 Ruang
2.	Ruang Kepala Sekolah	1 Ruang
3.	Ruang Guru	2 Ruang
4.	Ruang Perpustakaan	2 Ruang
5.	Ruang UKS	1 Ruang
6.	Ruang Mushola	1 Ruang
7.	Kamar Mandi/Toilet Guru	4 Ruang
8.	Kamar Mandi/Toilet Siswa	8 Ruang
9.	Gudang	1 Ruang
10	Ruang Multimedia	1 Ruang
11.	Ruang Koperasi	1 Ruang

2) Meubelair

Meubelair di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah tergolong dalam keadaan yang baik dan cukup lengkap. Meubelair tersebut antara lain meliputi meja, kursi, papan tulis, papan mading, lemari, dan lain-lain. Untuk mengetahui lebih rincinya dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 7**

No	Jenis	Jumlah
1.	Meja/Kursi Kepala Sekolah	1 Set
2.	Meja/Kursi Guru dan Karyawan	34 Set
3.	Meja/Kursi Guru Kelas	12 Set
4.	Meja Siswa	254 Buah
5.	Kursi Siswa	271 Buah
6.	Kursi Tamu	2 Set
7.	Lemari Arsip Kelas	12 Buah
8.	Papan Tulis	12 Buah
9.	Papan Pengumuman/Mading	2 Buah
10.	Meja/Kursi UKS	1 Set
11.	Lemari UKS	1 Buah
12.	Tempat Tidur UKS	1 Buah
13.	Meja Sirkulasi Perpustakaan	1 Set
14.	Meja/Kursi Baca	14 Set
15.	Rak Buku	13 Set

### 3) Peralatan dan Inventaris Kantor

Adapun peralatan dan inventaris kantor di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah adalah sebagai berikut :

**Tabel 8**

No	Jenis	Jumlah
1.	Telepon	2 Buah
2.	Komputer	4 Buah
3.	Printer	4 Buah
4.	Laptop	3 Buah
5.	LCD Proyektor	2 Buah
6.	TV	1 Buah
7.	Spidy	1 Buah

8.	Alat PPPK	1 Buah
9.	Almari Piala	2 Buah
10.	Almari Etalase	4 Buah
11.	Sound System	1 Buah
12.	Filling Kabinet	3 Buah
13.	Peralatan Hadroh	1 Set
14.	Peralatan UKS	4 Set
15.	Peralatan Olahraga	13 Set
16.	Audio Kelas (Bell Sekolah)	12 Set

## 2. Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club)

Dari hasil penelitian yang dilakukan, peneliti menggambarkan kecerdasan melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kecamatan Sokaraja Kabupaten Banyumas melalui teknik pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Sebelum penelitian memaparkan langkah-langkah pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas, peneliti akan memaparkan beberapa indikator dari kecerdasan kinestetik pada siswa itu sendiri. Indikator kecerdasan kinestetik dalam hal ini antara lain :

### 1. Menggunakan fisiknya dalam melakukan kemampuan

Dalam mencapai indikator ini, siswa dengan kecerdasan kinestetik cenderung banyak menggunakan fisik untuk mengimplementasikan setiap gerakan dasar dan Kata (seni bela diri karate). Selain itu, unsur fisik juga berkaitan dengan kekuatan tubuh siswa dalam meningkatkan kerja otot-otot.

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa sebelum melakukan kegiatan latihan siswa biasanya melakukan latihan fisik

terlebih dahulu bersamaan dengan pemanasan agar terhindar dari cedera atau luka. Pertama siswa melakukan pemanasan olahraga seperti olahraga pada umumnya seperti melakukan peregangan otot kaki, tangan dan kepala. Setelah melakukan pemanasan dilanjutkan dengan latihan fisik yang meliputi lari keliling lapangan, push up, sit up, back up dan sebagainya yang bertujuan untuk melatih kekuatan dan keseimbangan siswa. Dalam mengembangkan unsur fisik dalam gerakan ini perlu dilakukan latihan terus menerus agar kekuatan siswa dapat terbentuk sesuai dengan kebiasaan.<sup>117</sup>

Berdasarkan hasil pemaparan di atas, peneliti dapat menganalisis di dalam ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC ini, melibatkan pengembangan kecerdasan kinestetik yaitu unsur fisik. Selain itu, tingkatan fisik siswa antara kelas rendah (1,2,3) juga berbeda dengan kelas atas (4,5). Hal ini dapat dilihat dari banyaknya siswa melakukan latihan fisik. Di mana dalam melakukan latihan fisik siswa kelas atas cenderung lebih sedikit melakukan latihan fisik dibandingkan kelas atas yang sudah cenderung terbiasa mengikuti latihan, unsur fisik ini sangatlah penting agar kekuatan siswa terbentuk dengan baik. Dalam unsur fisik ini diperlukan stamina siswa yang bagus, guna melatih ketahanan tubuh dan fisik agar berfungsi dengan maksimal.

## 2. Dapat menirukan gerakan tubuh orang lain

Dalam mencapai indikator ini, siswa dengan kecerdasan kinestetik dapat melakukan gerakan tangan, tangkisan, dan tendangan yang contohkan pelatih dalam mengimplementasikan gerakan teknik dasar dan Kata (seni bela diri karate).

Berdasarkan hasil wawancara didapati bahwa semua teknik gerakan dasar diajarkan dengan cara demonstrasi. Di mana pelatih memberikan contoh gerakannya terlebih dahulu sebelum siswa

---

<sup>117</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 7 Februari 2019 pukul 14.30

menirukan gerakan teknik dasar yang diajarkan. Setelah pelatih memberikan contoh siswa kemudian menirukan gerakan tersebut. Setiap gerakan dalam bela diri karate juga membutuhkan unsur koordinasi yang baik antara pikiran dan gerakan. Dalam pelaksanaan latihan pelatih menggunakan permainan dengan memancing daya ingat siswa untuk memperagakan kembali yang sudah diajarkan pelatih. Contoh permainan yang bisa dilakukan pelatih misalkan pelatih menyebutkan Jodan Tsuki maka siswa harus memperagakan gerakan tersebut dengan posisi tangan dan kaki yang benar. Jadi pikiran dan gerakan akan dilatih dalam permainan tersebut.<sup>118</sup>

Berdasarkan hasil observasi dapat dilihat jika unsur meniru gerakan ini dapat dilakukan dengan baik apabila siswa mampu konsentrasi dalam melakukan gerakan. Salah satu hal yang mempengaruhi unsur konsentrasi ini adalah stamina siswa. Dapat diketahui jika siswa kelas rendah (1, 2, 3) masih kurang konsentrasi dan sering kali melakukan kesalahan dalam mengikuti instruksi pelatih. Sedangkan untuk siswa kelas atas (4 dan 5) sudah dapat menirukan gerakan dengan baik sesuai instruksi dari pelatih. Meskipun demikian terkadang ada beberapa siswa yang tidak konsentrasi sama sekali dalam latihan dan mengganggu temannya sehingga mereka diberikan hukuman oleh pelatih untuk lari mengelilingi lapangan 5 kali putaran untuk memberikan pembelajaran agar tidak diulangi.<sup>119</sup>

Berdasarkan pemaparan data di atas dapat peneliti analisis bahwa dalam pelaksanaan ekstrakurikuler bela diri karate BKC melibatkan unsur pengembangan kecerdasan kinestetik yaitu dapat meniruka gerakan tubuh orang lain. Di mana dalam menguasai

---

<sup>118</sup> Hasil wawancara Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 14 Februari 2019 pukul 14.30

<sup>119</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 14 Februari 2019 pukul 14.30

teknik dasar siswa harus mampu mengikuti setiap contoh gerakan yang sudah diajarkan pelatih dengan baik.

3. Dapat mengkoordinasikan anggota tubuh

Dalam mencapai indikator ini, siswa dengan kecerdasan kinestetik dapat melakukan gerakan pukulan, tangkisan, dan tendangan dengan mengandalkan koordinasi pikiran dan gerakan dalam mengimplementasikan gerakan teknik dasar dan kata (seni bela diri karate).

Berdasarkan hasil observasi, dapat diketahui jika dalam setiap gerakan teknik dasar diperlukan adanya unsur koordinasi yang baik. Bentuk gerakan dalam bela diri karate yang membutuhkan unsur koordinasi yang baik misalkan gerakan yang lebih kompleks seperti pukulan ke arah kepala (Jodan Tsuki). Siswa harus mampu mengkoordinasikan antara gerakan pukulan tangan yang baik dengan posisi kuda-kuda kaki yang benar. Dalam melakukan pukulan dan kuda-kuda kaki siswa juga menggunakan unsur kekuatan, kelincihan dan kecepatan agar pukulan yang dihasilkan mampu melumpuhkan lawan dan kuda-kuda yang baik menghasilkan kekuatan kaki yang tidak mudah dilumpuhkan oleh lawan saat pertandingan.<sup>120</sup>

Berdasarkan pemaparan data di atas dapat peneliti analisis bahwa di dalam pelaksanaan ekstrakurikuler karate BKC melibatkan pengembangan unsur kecerdasan kinestetik yaitu unsur koordinasi anggota tubuh. Di mana dalam menguasai gerakan teknik dasar di dalam karate membutuhkan koordinasi yang baik anatara pikiran dan gerakan yang dilakukan oleh siswa.

4. Mengontrol anggota tubuh untuk menghasilkan suatu gerakan yang gesit dan cekatan

Dalam mencapai indikator ini, siswa dengan kecerdasan kinestetik dapat melakukan gerakan pukulan, tangkisan, dan

---

<sup>120</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 14 Februari 2019 pukul 14.30

tendangan dengan mengandalkan kecepatan dalam mengimplementasikan gerakan teknik dasar dan kata (seni bela diri karate).

Berdasarkan hasil observasi gerakan yang lebih mengandalkan unsur kecepatan adalah gerakan teknik serangan. Seperti contohnya kecepatan gerakan pada pukulan dan tendangan serta hindaran lebih ditekankan pada unsur ini untuk mengelabui lawan saat pertandingan. Siswa harus betul-betul berkonsentrasi dalam menghindari serangan dari lawan dengan cepat agar tidak terkenal pukulan atau tendangan dari lawan.<sup>121</sup>

Dalam melatih kecepatan siswa pelatih biasanya melakukan latihan yang bervariasi dengan permainan misalnya melakukan gerakan tendangan atau pukulan ke arah target dengan cepat. Hal ini dimaksudkan agar teknik serangan dan menghindari dapat dikuasai dengan maksimal.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat peneliti analisis bahwa dalam ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) ini melibatkan unsur pengembangan kecerdasan kinestetik yaitu kecepatan. Dalam melakukan gerakan teknik dasar serangan dan hindaran, salah satu unsur yang ditekankan adalah unsur kecepatan. Melalui latihan teknik dasar berupa gerakan pukulan, tangkisan dan tendangan siswa dapat meningkatkan unsur kecepatan.

Setelah diketahui tentang indikator siswa yang memiliki kecerdasan kinestetik, selanjutnya peneliti dapat menyajikan data mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela di ri karate BKC (Bandung Karate Club). Adapun cara mengembangkan kecerdasan kinestetik siswa pada ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) sebagai berikut :

---

<sup>121</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 21 Februari 2019 pukul 14.30

- a. Bergabung dengan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik siswa dapat melalui atau mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Salah satunya yaitu ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club).

Adapun langkah awal yang dilakukan oleh pihak sekolah untuk mengembangkan bakat dan minat siswa serta mengembangkan *multiple intellegences* anak dengan mengikut sertakan siswa dalam suatu kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan wadah bagi siswa dalam menyalurkan hobi dan prestasi mereka.

Menurut Bapak Mujiyatno selaku Kepala Sekolah kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) yang ada di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah merupakan salah satu bentuk kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk mengembangkan potensi siswanya, dengan adanya ekstrakurikuler bela diri ini, selain untuk menyalurkan potensi siswa juga bertujuan sebagai bekal bagi siswa untuk hidup sehat dengan berolahraga salah satunya bela diri karena melibatkan aktifitas fisik, dan sebagai evaluasi setiap tahun untuk menggali prestasi di setiap ajang lomba olahraga yang diadakan salah satunya cabang bela diri karate BKC (Bandung Karate Club).<sup>122</sup>

Dalam mengikutsertakan siswa pada kegiatan ekstrakurikuler, siswa dapat memilih ekstrakurikuler sesuai dengan minatnya masing-masing. Perekrutan untuk memilih jenis ekstrakurikuler dilakukan pada awal tahun ajaran, dengan menyampaikan pada guru-guru kelas untuk menginformasikan ke siswa agar dapat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang diminati dan ikut bergabung serta

---

<sup>122</sup> Hasil wawancara dengan Kepala Sekolah pada tanggal 28 Januari 2019, pukul 08.00  
WIB

membagikan surat pemberitahuan kepada orang tua agar orang tua juga mengetahui apa bakat dan minat yang dimiliki oleh anaknya. Kemudian siswa dapat mengikuti ekstrakurikuler yang dipilihnya sesuai daftar ekstrakurikuler dan jadwal yang sudah ditentukan.

Kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) diikuti dari siswa kelas 1 sampai 5. Semua siswa diperbolehkan mengikuti ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) baik laki-laki maupun perempuan. Setelah melakukan perekrutan selanjutnya dilakukan pendampingan. Pelaksanaan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) dilakukan setiap hari Kamis pada pukul 14.00 sampai 15.30 WIB.<sup>123</sup>

Sebelum dilaksanakannya ekstrakurikuler tersebut terlebih dahulu pembina dan pelatih melakukan absensi untuk mengetahui siswa yang aktif mengikuti ekstrakurikuler dan siswa yang jarang mengikuti latihan. Dengan pelatihan yang dilakukan secara terus-menerus atau teratur pelatih dapat menemukan siswa yang benar-benar mempunyai bakat dan kecerdasan kinestetik khususnya dalam bidang bela diri karate BKC (Bandung Karate Club). Setelah absensi selesai pelatih mengkondisikan siswa agar siswa tertib dan disiplin dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club).<sup>124</sup>

**b. Melibatkan fisik dalam proses latihan**

Sebagaimana hasil observasi yang dilakukan 7 Februari 2019, agar tubuh menjadi lebih sehat perlu diadakannya latihan fisik, latihan fisik merupakan kegiatan yang bertujuan untuk melatih kekuatan fisik anak agar tubuh menjadi sehat dan kuat. Dalam kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club), melibatkan tubuh itu memang harus karena ekstrakurikuler ini

---

<sup>123</sup> Hasil wawancara dengan Pembina Ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) pada tanggal 5 Februari 2019 pukul 08.30 WIB

<sup>124</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 31 Januari 2019 pukul 14.30

memang melibatkan fisik sepenuhnya. Adapun hal yang melibatkan fisik secara umum untuk melatih kekuatan siswa dalam bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) itu terdapat kegiatan pemanasan sebelum latihan dan kegiatan fisik lainnya yang mendukung proses latihan karate BKC (Bandung Karate Club).

Karena ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) merupakan bagian dari kegiatan olahraga maka hal yang harus dilakukan yaitu pemanasan atau peregangan. Adapun hal yang dilakukan sebelum latihan terutama juga untuk mendukung proses dalam latihan yaitu yang pertama tentunya berdoa. Kemudian dilanjutkan siswa melakukan *stretching* atau peregangan yang memiliki tujuan untuk melemaskan otot-otot tubuh agar terhindar dari cedera fisik, melatih kekuatan, dan untuk melatih keseimbangan siswa. Sebelum latihan dimulai pelatih memerintahkan siswa untuk berbaris kemudian berdoa. Selanjutnya siswa melakukan gerakan pemanasan lari ditempat dan peregangan otot sama halnya dalam pemanasan sebelum olahraga, seperti meregangkan otot kaki, tangan dan otot kepala. Latihan fisik lainnya dilakukan dengan melatih kekuatan siswa yaitu dengan berlari, sit up, push up, meniru gerakan kapal terbang untuk keseimbangan dan lainnya.<sup>125</sup>

Siswa mempraktikannya secara berurutan masing-masing baris. Gerakan yang dipraktikan oleh pelatih ditirukan oleh siswa secara berulang-ulang. Agar kekuatan siswa dapat terbentuk sesuai dengan kebiasaan. Setelah semua siswa melakukan gerakan pemanasan dan dirasa tubuh siswa sudah cukup siap dalam mengikuti gerakan karate BKC (Bandung Karate Club), maka pelatih akan mengajarkan gerakan selanjutnya.

---

<sup>125</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 7 Februari 2019 pukul 14.30

c. Berlatih teknik dasar bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) ini siswa berantusias dan bersemangat dalam melakukan latihan. Sebagaimana hasil wawancara dengan Bapak Sugeng Wiwit, pengajaran yang dilakukan oleh pelatih menggunakan metode demonstrasi sehingga memudahkan siswa dalam menerima suatu gerakan. Tempat yang digunakan dalam pelaksanaan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) yaitu di halaman belakang sekolah karena terdapat lapangan futsal yang cukup longgar.<sup>126</sup>

Pada proses berlatih bela diri karate, terlebih dahulu anak dikenalkan dengan teknik dasar. Pengenalan teknik dasar dilakukan melalui *step by step*. Dalam latihan bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh siswa untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik. Diantara gerakan yang diajarkan di tingkat SD adalah pukulan, tendangan, dan tangkisan. Pelatihan teknik tersebut akan berlanjut jika siswa sudah menguasai gerakan teknik dasar yang sudah diajarkan.

Pada hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 24 Januari 2019, Langkah pertama yang dilakukan oleh pelatih adalah mencontohkan gerakan dasar disetiap pertemuannya, seperti contohnya pada pertemuan pertama pelatih mencontohkan gerakan Shutoke (Tangkisan pedang). Shutoke merupakan tingkat tangkisan tangan terbuka untuk serangan bagian tengah tubuh. Biasanya dilakukan dengan kuda-kuda kokutsu dachi sebagai langkah defensif (membentengi diri). Tangkisan Shutoke ini disamping sebagai langkah defensif juga sebagai langkah harus menyerang dengan sasaran lengan penyerang untuk kerusakan maksimum. Dan hal ini adalah tangkisan yang kuat dan jika dilakukan dengan benar dapat

---

<sup>126</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 14 Februari 2019 pukul 14.30

membuat lengan penyerang lumpuh dan tidak bisa melakukan serangan lanjutan. Langkah yang dilakukan yaitu tarik tangan sampai ke bahu yang berlawanan dan terbuka serta menyelipkan ibu jari diantara telapak tangan, punggung tangan bersiap menghadai serangan, dan ayunkan lengan dan punggung tangan ke arah pusat sasaran dan lakukan serangan sudut 45 derajat dengan punggung tangan tidak dengan jari. Pada pertemuan selanjutnya, pelatih memberikan contoh gerakan Jodan Tsuki (pukulan ke arah kepala), pukulan ini dilakukan dengan cara posisikan kaki kiri menekuk maju ke depan dan kaki belakang lurus pada sikap kuda-kuda atau yang dinamakan zenkutsudaci, pada pukulan jodan tsuki posisi tangan kiri mengepal menuju ke arah kepala dan tangan kanan mengepal menghadap ke atas letakan di samping sabuk untuk membentuk keseimbangan. Lakukan pukulan tangan bersamaan dengan kuda-kuda kaki yang maju ke depan dilakukan secara bergantian. Pelatih menunjukkan bagaimana sikap kaki dan tangan yang benar, kemudian siswa menirukan gerakan yang telah dicontohkan. Jika terdapat gerakan yang masih kurang sempurna maka pelatih membenarkan gerakan agar menjadi sempurna.

Latihan ini dilakukan secara terus menerus agar siswa mudah dalam mengingat gerakan dan agar dapat melakukan gerakan dasar bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) dengan benar.

d. Memantau perkembangan kemampuan kinestetik pada siswa

Kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) dilakukan setiap hari kamis yang dimulai pukul 14.30 – 15.30 WIB.

Pelatih ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) dalam setiap latihan selalu memantau perkembangan kecerdasan kinestetik pada siswa. pemantauan tersebut dilaksanakan dengan pada saat latihan berlangsung, setelah latihan maupun dalam kesehariannya dilingkungan sekolah. Dalam setiap latihan tentunya banyak kendala yang harus dihadapi pelatih. Pada saat berlatih tidak

semua siswa merasa bersemangat dan antusias dalam mengikuti latihan. Tetapi hal itu dapat diatasi pelatih dengan tidak melatih gerakan yang terlalu berat sesuai dengan masa perkembangan anak dan menyelingi latihan dengan bermain yang melibatkan aktifitas fisik, karena anak usia dasar masih dalam tahap bermain. Kendala lain yang sering dialami adalah anak tidak fokus dalam memperhatikan gerakan yang dicontohkan oleh pelatih dikarenakan anak kurang antusias saat mengikuti latihan sehingga tidak paham dan seringkali kesulitan dalam menirukan gerakan yang telah dicontohkan. Di sini pelatih akan melakukan latihan terus-menerus dan berulang-ulang agar siswa paham dan dapat mempraktikannya dengan baik.

Tujuan dari memantau perkembangan kecerdasan kinestetik pada siswa adalah agar pelatih mengetahui bagaimana perkembangan siswa dalam berlatih bela diri karate, sejauh mana siswa dapat mengingat kembali gerakan yang telah diajarkan dan seberapa penguasaan siswa sehingga siswa mampu mempraktekan gerakan yang telah diajarkan. Penguasaan gerakan dapat terlihat dari siswa dapat melakukan gerakan karate yang sudah diajarkan dengan baik dan benar.<sup>127</sup>

## **B. Analisis Data**

Berdasarkan hasil temuan yang peneliti lakukan mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) melalui metode observasi, wawancara dan dokumentasi, selanjutnya peneliti akan menganalisis data untuk mendeskripsikan lebih lanjut tentang hasil penelitian.

Dari data yang peneliti peroleh, peneliti merujuk dari beberapa teori menurut, May Lwin dan kawan-kawan, Muhammad Yaumi, Yualiani Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, Sri Widayati dan Utami Widijati, dan Ady W

---

<sup>127</sup> Hasil observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate BKC (Bandung Karate Club), pada tanggal 21 Februari 2019 pukul 14.30

Gunawan dapat disimpulkan bahwa cara mengembangkann kecerdasan kinestetik pada siswa melalui analisis bergabung denga ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club), bergerak, berlatih, dan memantau perkembangan kemampuan kinestetik anak.

Untuk lebih jelas mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah adalah sebagai berikut :

1. Analisis bergabung dengan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)

Di setiap sekolah tentunya di adakan sebuah ekstrakurikuler untuk dapat menyalurkan bakat dan minat siswa. salah satunya di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah. Dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik siswanya sekolah tersebut menyalurkannya melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club). Perekrutan peserta di lakukan setiap awal tahun ajaran yang diikuti oleh semua siswa baik laki-laki maupun perempuan yang terdiri dari kelas 1 sampai kelas 5.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan, hal tersebut sesuai dengan pernyataan Yuliani Nuraini Sujiono dan Bambang Sujiono yang menyatakan bahwa untuk menstimulus kecerdasan kinestetik pada anak dapat dilakukan dengan latihan keterampilan fisik untuk meningkatkan kemampuan motorik yang sesuai dengan kemampuan anak, serta olahraga yang dapat merangsang kecerdasan gerak tubuh sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan motorik anak seperti berenang, bela diri, senam serta bulu tangkis.<sup>128</sup> Dengan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di sekolah maka kecerdasan kinestetik siswa dapat di kembangkan melalui bela diri karate karena dalam melakukan gerakan teknik dasar melibatkan gerakan fisik pada siswa. Hal ini sesuai dengan ungkapan Hamzah dan Masri

---

<sup>128</sup> Yuliani Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*, (Jakarta: PT Indeks, 2010), hlm. 59

Kudrat Umar bahwa kecerdasan kinestetik dapat dijumpai pada siswa yang yang unggul pada salah satu cabang olahraga misalnya bela diri.<sup>129</sup>

## 2. Analisis bergerak dan melibatkan aktifitas fisik

Sebelum latihan dimulai biasanya anak terlebih dahulu diajarkan gerakan yaitu pemanasan/peregangan tubuh yang bertujuan untuk mempersiapkan tubuh dan mengurangi resiko cedera fisik. Pemanasan terlebih dahulu dilakukan oleh pelatih kemudian siswa mengikutinya. Apabila pemanasan sudah cukup maka dilanjutkan untuk berlatih teknik gerakan dasar. Gerakan tersebut dilakukan secara berulang-ulang agar siswa cepat menguasai dan mudah untuk mengingat kembali gerakan sebelumnya dan gerakan baru yang diajarkan oleh pelatih.

Bergerak merupakan cara untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik pada kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club). Bergerak menjadi dasar siswa untuk melakukan semua yang diajarkan pelatih, karena dalam bergerak mereka membutuhkan koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, fleksibilitas, dan kecepatan dan juga keterampilan untuk mengontrol gerakan-gerakan tubuh dan kemampuan untuk memanipulasi objek. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Muhammad Yaumi, bahwa cara meningkatkan atau mengembangkan kecerdasan kinestetik salah satunya dapat dilakukan dengan memberikan kesempatan pada kemampuan pada siswa dalam menggunakan seluruh tubuh dalam mengekspresikan ide, perasaan, dan menggunakan tangan untuk menghasilkan atau mentransformasi sesuatu.<sup>130</sup>

## 3. Analisis berlatih teknik bela diri karate BKC (Bandung Karate Club )

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) ini membutuhkan waktu untuk siswa dapat

---

<sup>129</sup> Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), hlm. 13

<sup>130</sup> Muhammad Yaumi, *Pembelejaran Berbasis Multiple Intelligences*, (Jakarta: Dian Rakyat, 2012), hlm.17-18

menguasai suatu gerakan. Berlatih teknik dasar yang harus dikuasai terlebih dahulu. Teknik dasar dari bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) merupakan hal utama yang harus dikuasai oleh siswa karena teknik termasuk dalam hal dasar untuk melakukan gerakan-gerakan dalam karate. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Hermawan Sulisty, bahwa karate BKC (Bandung Karate Club) merupakan bela diri yang dilakukan dengan tangan kosong, yang dilakukan dengan gerakan-gerakan dasar seperti : latihan kebugaran fisik, teknik pukulan, teknik tangkisan dan teknik tendangan.<sup>131</sup>

#### 4. Analisis memantau perkembangan kecerdasan kinestetik siswa

Kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) merupakan ekstrakurikuler rutin yang dilakukan SD Negeri 2 Sokaraja Tengah. Dalam berlatih karate perlu adanya pengawasan dan pemantauan, agar dapat mengetahui perkembangan kecerdasan kinestetik siswa dalam selama berlatih karate. Memantau perkembangan kecerdasan kinestetik dilakukan pelatih selama latihan dengan cara mengamati bagaimana siswa dalam menerima dan mempraktekkan materi selama diajarkan.

Pelatih memantau perkembangan kinestetik siswa dilakukan setiap pertemuan dan pada saat setiap melakukan gerakan dasar ataupun penggabungan gerakan. Pelatih selalu melihat kemampuan siswa pada setiap pertemuan. Apabila kemampuan siswa dalam berlatih gerakan dapat melakukannya dengan baik maka akan dilanjutkan pada gerakan yang selanjutnya. Pelatih selalu memantau perkembangan kemampuan kinestetik siswa dalam berlatih karate, dengan tujuan agar apa yang di tetapkan oleh pelatih tercapai. Hal ini sesuai dengan pendapat Gary A. Davis, bahwa kecerdasan kinestetik merujuk pada pengontrolan semua atau sebagian tubuh orang untuk melaksanakan gerakan, seperti dibutuhkan oleh karateka.<sup>132</sup>

---

<sup>131</sup> Hermawan Sulisty, *Sejarah Karate Shotokan dan Incai Institut Karate-do Indonesia*, (Jakarta: Pensil, 2013), hlm. 27

<sup>132</sup> Gary A. Davis, *Anak Berbakat dan Pendidikan Keberbakatan*, (Jakarta: PT Indeks, 2012), hlm. 60.

Dari hasil pemantauan yang dilakukan oleh pelatih selama berlatih karate, dapat diketahui bahwasanya kegiatan karate yang dilakukan di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas dapat menghasilkan sebuah kompetensi berupa kemampuan siswa dalam menangani berbagai gerakan karate, seperti teknik dasar ataupun menggabungkan gerakan satu dan yang lainnya, serta dapat menyeimbangkan dan mengkoordinasi tubuhnya dalam berlatih karate.

Sebagaimana pendapat Muhammad Yaumi, bahwa kecerdasan kinestetik disebut juga kecerdasan olah tubuh karena dapat merangsang kemampuan seseorang untuk mengolah tubuh secara ahli, atau untuk mengekspresikan gagasan dan emosi melalui gerakan. Adapun kemampuan siswa dalam berlatih bela diri adalah sebagai berikut :<sup>133</sup>

a. Koordinasi

Koordinasi adalah keterampilan menyatukan gerakan menjadi dinamis dan fleksibel. Koordinasi dalam bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) adalah menyatukan gerakan-gerakan teknik dasar antara satu dengan yang lainnya. Siswa harus mampu melakukan gerakan dengan baik, mengkoordinasikan gerakan yang telah diajarkan, sehingga dalam berlatih bela diri karate akan menghasilkan gerakan yang bersifat kecepatan, kelincahan, dan kekuatan. Jika itu sudah dikuasai oleh siswa maka tujuan untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik siswa sudah tercapai.

b. Keseimbangan

Merupakan keterampilan mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi untuk menjaga keseimbangan. Keseimbangan diperlukan pada bela diri karate BKC (Bandung Karate Club), ini ditunjukkan saat siswa melakukan berbagai macam gerakan karate secara cepat dan tepat. Gerakan ini dilakukan untuk membagi antara berat badan dan kaki harus sama rata agar seimbang. Siswa harus mempunyai keseimbangan

---

<sup>133</sup> Muhammad Yaumi, Pembelajaran Berbasis Multiple Intelligences, (Jakarta: Dian Rakyat, 2012), hlm. 17-18.

yang baik dalam bela diri untuk mempertahankan gerakannya agar gerakan yang dipraktikkan dapat terlihat baik dan selaras pada awal kegiatan sampai akhir kegiatan. Hal ini perlu diasah dengan latihan secara terus menerus.

c. Kekuatan

Hal terpenting yang harus dimiliki dalam bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) adalah kekuatan. Sekelompok otot yang terlatih akan menghasilkan suatu kekuatan, kekuatan utama yang harus diperhatikan dalam bela diri karate adalah kaki. Hampir semua gerakan bela diri karate bertumpu pada kaki dalam posisi kuda-kuda, setiap siswa harus bisa melatih tumpuan kakinya dengan baik dan kuat agar dapat melakukan teknik dasar kuda-kuda dengan benar. Selain itu kekuatan otot tangan juga sangat diperhatikan untuk melakukan pukulan menyerang lawan dan menangkis serangan lawan. Apabila siswa tidak mampu melakukan gerakan tersebut, maka gerakan bela diri dalam karate BKC (Bandung Karate Club) tidak akan terlihat sempurna.

d. Kecepatan

Kecepatan dalam melakukan gerakan karate membutuhkan konsentrasi yang sangat tinggi agar dapat menghasilkan gerakan yang cepat bahkan reflek. Siswa harus mampu membentuk kerja sama antara otak dan tubuh. Otak bertugas sebagai perintah gerakan yang akan dilakukan dan tubuh bertugas secara reflek untuk mengerjakan apa yang diperintah otak untuk mengaplikasikan gerakan. dalam meningkatkan kecepatan bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) perlu dilakukan secara berulang-ulang.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang peneliti lakukan mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa cara mengembangkan kecerdasan kinestetik siswa di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah yaitu melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club). Adapun cara mengembangkan kecerdasan kinestetik siswa yaitu bergabung dengan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club), bergerak yang melibatkan aktifitas fisik, berlatih teknik dasar bela diri karate BKC (Bandung Karate Club), berlatih secara teratur dan memantau perkembangan kemampuan kecerdasan kinestetik siswa.

Pelaksanaan pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) dilakukan setiap hari Kamis pada pukul 14.00 sampai 15.30 WIB. Untuk memudahkan siswa dalam mempraktikkan dan menghafal gerakan dengan benar maka siswa harus berlatih gerakan bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) yang dilakukan secara berulang-ulang. Sehingga menghasilkan gerakan yang cepat sesuai dengan apa yang telah di contohkan oleh pelatih. Dalam pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) siswa harus menguasai komponen dari kecerdasan kinestetik yaitu koordinasi, keseimbangan, kekuatan dan kecepatan. Apabila semua komponen telah dikuasai oleh siswa maka kecerdasan kinestetik siswa telah tercapai. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas ini mampu mengembangkan kecerdasan kinestetik siswanya.

## B. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan mengenai pengembangan kecerdasan kinestetik siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas, ada beberapa saran yang peneliti sampaikan agar diperhatikan kedepannya, yaitu :

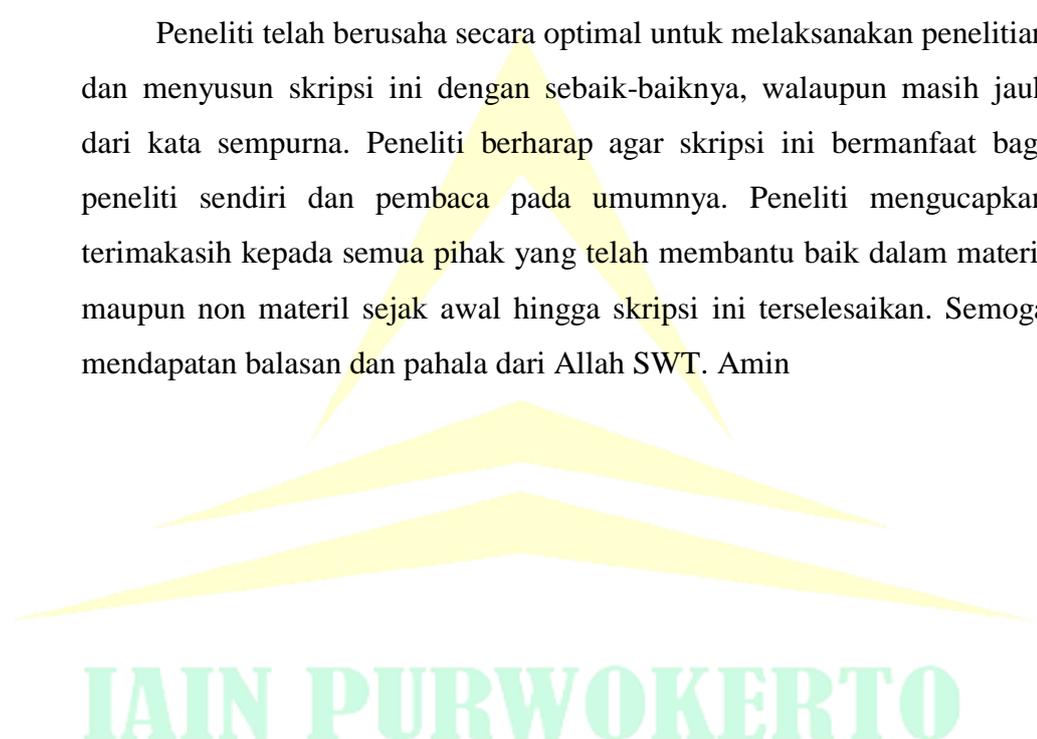
1. Kepada Kepala Sekolah SD Negeri 2 Sokaraja Tengah
  - a. Senantiasa selalu meningkatkan kualitas kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah
  - b. Senantiasa untuk mengembangkan dan menggali bakat dan minat yang dimiliki siswa di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah
2. Kepada pembina/penanggung jawab ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club)
  - a. Senantiasa mempelajari lebih dalam tentang kecerdasan kinestetik yang dimiliki siswa
  - b. Senantiasa memberikan motivasi terhadap siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club) agar lebih semangat dalam latihan.
3. Kepada pelatih karate BKC (Bandung Karate Club)
  - a. Senantiasa mengembangkan bakat yang dimiliki siswa dalam bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)
  - b. Senantiasa menstimulus kecerdasan kinestetik siswa agar kecerdasan kinestetik siswa pada kegiatan ekstrakurikuler karate BKC (Bandung Karate Club) dapat berkembang dengan baik
4. Kepada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bela diri karate BKC (Bandung Karate Club)
  - a. Hendaknya siswa lebih meningkatkan lagi semangatnya dalam berlatih karate BKC (Bandung Karate Club) dan mengembangkan bakat yang dimiliki

- b. Hendaknya siswa lebih disiplin dalam berlatih jangan main sendiri atau tidak memperhatikan apa yang sedang diajarkan pelatih.

### **C. Kata Penutup**

Alhamdulillah, puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Bela Diri Karate BKC (Bandung Karate Club) di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas.”

Peneliti telah berusaha secara optimal untuk melaksanakan penelitian dan menyusun skripsi ini dengan sebaik-baiknya, walaupun masih jauh dari kata sempurna. Peneliti berharap agar skripsi ini bermanfaat bagi peneliti sendiri dan pembaca pada umumnya. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu baik dalam materil maupun non materil sejak awal hingga skripsi ini terselesaikan. Semoga mendapatkan balasan dan pahala dari Allah SWT. Amin



**IAIN PURWOKERTO**

## DAFTAR PUSTAKA

- Amstrong, Thomas. 2013. *Setiap Anak Cerdas!: Panduan Membantu Anak Belajar dengan Memanfaatkan Multiple intelligences-nya*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Arikunto, Suharsimi. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Asmani, Jamal Ma'mur. 2012. *Kiat Mengembangkan Bakat Anak di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press
- Azwar, Saifuddin. 2002. *Psikologi Intelligensi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Davis, Gary A. 2012. *Anak Berbakat dan Pendidikan Keterbakatan*. Jakarta: PT Indeks.
- Daryanto, M. 2011. *Administrasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dimas, Muhammad Rasyid. 2006. *Cara Mempengaruhi Jiwa dan Akal Anak*. Jakarta: Pustaka Al Kautsar
- Fakhrudin, Asef Umar. 2018. *Sukses Menjadi Guru PAUD*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Gunawan, Adi W. 2004. *Genius Learning Strategy: Petunjuk Praktis untuk Menerapkan Accelerated Learning*. Jakarta: Gramedia.
- Hamzah dan Masri Kuadrat Umar. 2009. *Mengelola Kecerdasan dalam Pembelajaran*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- [http://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/permendikbud\\_62\\_14.pdf](http://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/permendikbud_62_14.pdf). Diakses pada hari Senin, 24 Desember 2018 pukul 19.00 WIB
- <http://bandung-karate-club.blogspot.com/p/sejarah-bkc.html>. Diakses pada hari Sabtu, 15 September 2018. Pukul 21.00 WIB
- <http://www.fukushotokan.com>. Diakses pada hari Rabu, 30 Januari 2019 pukul 20.00 WIB
- Isjoni. 2010. *KTSP Sebagai Pembelajaran Visioner*. Bandung: Alfabeta
- Jasmine, Julia. 2016. *Metode Mengajar Multiple Intelligences*. Bandung: Nuansa

- Jannah, Rina Roudhotul. 2018. *Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini Berbasis Multiple Intellegences*. Yogyakarta: Ar-Ruzz
- Kosasih, Nandang dan Dede Sumarna. 2013. *Pembelajaran Quantum dan Optimalisasi Kecerdasan*. Bandung: Alfabeta
- Kompri. 2017. *Manajemen Pendidikan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Lwin, May dkk. 2008. *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*. Yogyakarta: Indeks.
- Nastiti, Dewi. 2007. *Menjadi Karateka*. Jakarta: Be Champion
- Moleong, Lexy J. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosda
- Mulyana, Deddy. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Rosdakarya
- Margono, S. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- PB BKC, *Sejarah BKC*, Bandung
- PB Forki. 1990. *Sejarah dan Organisasi Karate*. Jakarta
- Sujiono, Yuliani Nuraini dan Bambang Sujiono. 2010. *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*. Jakarta: PT Indeks
- Sholeh, Khabib dkk. 2016. *Kecerdasan Majemuk Berorientasi Pada Peserta Didik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- S, Udin. 2009. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Sumiarti. 2016. *Ilmu Pendidikan*. Purwokerto: STAIN Press
- Suryosubroto. 2013. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suparlan. 2011. *Tanya Jawab Pengembangan Kurikulum & Materi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sopiatin, Popi. 2010. *Manajemen Belajar Berbasis Kemampuan Siswa*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Sulistiyo, Hermawan. 2013. *Sejarah Karate Shotokan dan Incai Institut Karate-do Indonesia*. Jakarta: Pensil

- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Sanjaya, Wina. 2013. *Metode Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media
- Tanzeh, Ahmad. 2011. *Metodologi Penelitian Praktis* Yogyakarta: Teras
- Uno, Hamzah B. 2006. *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Widayati, Sri dan Utami Widijati. 2008. *Mengoptimalkan 9 Zona Kecerdasan Majemuk Anak*. Yogyakarta: Luna Publisher
- Wiyani, Ardy Novan. 2012. *Pendidikan Karakter Berbasis IMAN dan TAQWA*. Yogyakarta: Teras
- Wiarto, Giri. 2015. *Psikologi Perkembangan Manusia*. Yogyakarta: Psikosain
- Yaumi, Muhammad. 2012. *Pembelajaran Berbasis Multiple Intelligences*. Jakarta: PT Dian Rakyat
- Yaumi, Muhammad dan Nurdin Ibrahim. 2013. *Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Jamak (Multiple Intellegences) Mengidentifikasi dan Mengembangkan Multitalenta Anak*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Yulivan, Ivan. 2012. *The Way of Karate-do 20 Sikap Mental Karateka Sejati*. Jakarta : Mudra
- Yuningsih, Restu. 2015. Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Melalui Pembelajaran Gerak Dasar Tari Minang. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Vol. 9 edisi 2. 234

**IAIN PURWOKERTO**