

**PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKULIKULER PENCAK SILAT  
TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK SISWA  
DI SD N 02 INDRALAYA UTARA**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**M. Rasendriya Ikhsan Dinata**

**Nomor Induk Mahasiswa 06061282025020**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2025**

**PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKULIKULER PENCAK  
SILAT TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK  
DI SD N 02 INDRALAYA UTARA**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**MUHAMMAD RASENDRIYA IKHSAN DINATA**

**Nomor Induk Mahasiswa 06061282025020**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan**

**Disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana**

Mengetahui

Koordinator Program Studi,  
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**Destriani, M. Pd**

**NIP 198912012019032018**

Pembimbing



**Dr. Reza Resah Pratama, M. Pd**

**NIP 198706052014041001**

**PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKULIKULER PENCAK  
SILAT TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK  
DI SD N 02 INDRALAYA UTARA**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**MUHAMMAD RASENDRIYA IKHSAN DINATA**

**Nomor Induk Mahasiswa 06061282025020**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan**

**Mengesahkan**

Mengetahui

Koordinator Program Studi,  
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**Destriani, M. Pd**  
**NIP 198912012019032018**

Pembimbing



**Dr. Reza Resah Pratama, M. Pd**  
**NIP 198706052014041001**



**PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKULIKULER PENCAK  
SILAT TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK  
DI SD N 02 INDRALAYA UTARA**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**MUHAMMAD RASENDRIYA IKHSAN DINATA**

**Nomor Induk Mahasiswa 06061282025020**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan**

**Telah diujikan dan lulus pada :**

**Hari : Senin**

**Tanggal : 17 Maret 2025**

**TIM PENGUJI**

**1. Ketua : Dr. Reza Resah Pratama, M.Pd**



**2. Anggota : Dr. Herry Yusfi, M. Pd**



Indralaya, 17 Maret 2025

Mengetahui,

Koordinator Program Prodi



Destriani, M.Pd

NIP 198912012019032018

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Bissmillahirrahmannirrahim*

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dengan mengucap rasa syukur kepada Allah SWT, kupersembahkan penulisan skripsi ini kepada :

- ❖ Allah SWT atas segala limpahan Rahmat dan karunia-Nya yang tercurah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan berbagai macam kesulitan, namun Allah SWT selalu senantiasa memberikan kemudahan.
- ❖ Terima kasih kepada kedua orang tuaku Ayah Richard Kesuma Dinata dan Ibu Vivin Apriani yang sudah memberikan dukungan dan doa sepenuh hati yang selalu mengiringi perjalanan panjang penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga kelak apa yang telah diraih penulis selama menjalani perkuliahan, ilmunya dapat bermanfaat bagi keluarga, bangsa, dan negara.
- ❖ Seluruh dosen Penjaskes FKIP Unsri. Terlebih kepada yang terhormat Prof. Dr. Syafaruddin, M.Kes dan Dr. Reza Resah Pratama M.Pd selaku pembimbing, dan bapak Dr. Herry Yusfi, M.Pd selaku penguji, serta dosen lainnya. Terima kasih banyak atas ilmu, pengetahuan, dan pengalaman baik yang telah diberikan bapak dan ibu.
- ❖ Terima kasih kepada seseorang yang tak kalah pentingnya dalam kehidupanku karena telah memberikan, menumbuhkan semangat dalam menyelesaikan dan menyusun skripsi ini, dan telah menjadi tempat berkeluh kesan dalam menjalani dan menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dan yang terpenting terima kasih telah hadir dan mewarnai hari-hariku dan semoga terus bersama silmita sari S.Pd.
- ❖ Terima kasih kepada seluruh keluarga besar HMPJ (Himpunan Mahasiswa Penjaskes), teman-temanku Krisna Kurniawan dan Rendy Abdul Rahman serta seluruh teman-teman Penjaskes angkatan 2020. Dan tidak lupa terima kasih kepada seseorang yang tidak bisa penulis sebutkan namanya.
- ❖ Terima kasih untuk Almater kebanggaanku Universitas Sriwijaya.
- ❖ Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri yang sudah berjuang dan selalu maju tanpa henti untuk melangkah kedepan .

**MOTTO**

“Apa Yang Melewakanmu Tidak Akan Pernah Menjadi Takdirmu, Dan Apa  
Yang Ditakdirkan Untukmu Tidak Akan Pernah Melewatkan Mu”

-----  
*Umar bin Khatab*

“Tiada Kata Terlambat, Semangat On Terus, Raih Mimpi Bersama, Last War“

-----  
*Morph Team*

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : M. Rasendriya Ikhsan Dinata  
Nim : 06061282025020  
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa Di SD N 02 Indralaya Utara” ini adalah benar karya saya sendiri dan tidak melakukan menjiplak atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini ada/tidak ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palembang, 17 Maret 2025

Yang Membuat Pernyataan



M. Rasendriya Ikhsan Dinata

NIM 06061282025020

## PRAKATA

Skripsi dengan judul “Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa Di SD N 02 Indralaya Utara” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Terima kasih kepada Bapak Dr. Reza Resah Pratama, M.Pd sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan kepada Bapak Dr. Hartono, M.A, Dekan FKIP Unsri dan Ibu Destriani, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Bapak Dr. Herry Yusfi, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan, terima kasih banyak kepada peserta didik yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

Palembang, 17 Maret 2025

Penulis,



M. Rasendriya Ikhsan Dinata



## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa Di SD N 02 Indralya Utara ”.

Penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Palembang.

Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga penulisan skripsi ini dapat selesai. Dalam menyusun skripsi ini, tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang penulis alami, namun berkat arahan, dukungan, inspirasi, dan doa dari orang terdekat, khususnya kepada orang tua, sehingga penulis mampu menyelesaikannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik isi maupun penulisannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dan akan penulis terima dengan hati terbuka.

Palembang, 17 Maret 2025



M. Rasendriya Ikhsan Dinata

**DAFTAR ISI**

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR TELAH DIUJI DAN DILULUSKAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>PRAKATA.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvi</b>
<b><i>ABSTRACT</i> .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2 Permasalahan Penelitian.....	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>4</b>
2.1. Hakikat Kecerdasan Kinestetik.....	4
2.1.1 Pengertian Kecerdasan Kinestetik .....	4
2.1.2 Karakteristik Kinestetik Anak.....	5
2.1.3 Stimulasi Kecerdasan Kinestetik Anak.....	6
2.1.4 Indikator Kecerdasan Kinestetik.....	7
2.2 Hakikat Ekstrakurikuler .....	9

2.2.1 Pengertian Ekstrakurikuler.....	9
2.2.2. Tujuan Ekstrakurikuler .....	10
2.3. Pencak Silat .....	11
2.3.1 Sejarah Pencak Silat .....	11
2.3.2 Pengertian Pencak Silat .....	12
2.3.3 Teknik Dasar Pencak Silat .....	13
2.3.4 Unsur-unsur Pencak Silat .....	15
2.5. Penelitian Yang Relevan .....	18
2.6. Kerangka Berpikir.....	19
2.7. Hipotesis penelitian.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>21</b>
3.1 Metode Penelitian .....	21
3.2 Desain Penelitian .....	21
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	22
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	22
3.5 Definisi Konseptual Dan Definisi Operasional .....	23
3.6 Prosedur Penelitian .....	23
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.8 Instrumen Penelitian .....	25
3.9 Teknik Analisis Data.....	30
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	34
4.1.1 Deskripsi Kegiatan dan Data Penelitian .....	34
4.1.1.1. Deskripsi Data Awal.....	48
4.1.1.2. Deskripsi Sesudah Perlakuan ( <i>posttest</i> ).....	48
4.1.1.3. Deskripsi Data Akhir.....	50
4.2. Teknik Analisis Data .....	51
4.2.1. Uji Validitas .....	51
4.2.3. Uji Rehabilitas.....	52

4.3. Analisis Data Akhir .....	53
4.3.1. Uji Normalitas .....	53
4.3.2 Analisis Uji-t .....	54
4.4 Pembahasan .....	56
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>66</b>
5.1 Kesimpulan.....	66
5.2 Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>69</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>GAMBAR 2.1 Kerangka Berfikir.....</b>	<b>19</b>
<b>GAMBAR 4.1 Melakukan Jurus Pembukaan Perguruan .....</b>	<b>34</b>
<b>GAMBAR 4.2 Melakukan Jurus Seni Lang 1.....</b>	<b>35</b>
<b>GAMBAR 4.3 Melakukan Jurus Seni Lang 2.....</b>	<b>36</b>
<b>GAMBAR 4.4 Melakukan Tendangan A (Tendangan Lurus Depan).....</b>	<b>37</b>
<b>GAMBAR 4.5 Melakukan Tendangan T (Tendangan Belakang) .....</b>	<b>38</b>
<b>GAMBAR 4.6 Melakukan Tendangan C (Tendangan Samping).....</b>	<b>38</b>
<b>GAMBAR 4.7 Kombinasi Pukulan Lurus Dan Tendangan A Kiri dan Kanan .....</b>	<b>39</b>
<b>GAMBAR 4.8 Kombinasi Pukulan Lurus Dan Tendangan T Kiri dan Kanan .....</b>	<b>40</b>
<b>GAMBAR 4.9 Kombinasi pukulan lurus dan tendangan C Kiri dan Kanan .....</b>	<b>41</b>
<b>GAMBAR 4.10 Melakukan Teknik Jatuhan 1 (Jatuhan Kesamping).....</b>	<b>42</b>
<b>GAMBAR 4.11 Melakukan teknik Jatuhan 2 (Jatuhan Kedepan).....</b>	<b>43</b>
<b>GAMBAR 4.12 Dapat Menguasai Teknik Pukulan .....</b>	<b>44</b>
<b>GAMBAR 4.13 Dapat Menguasai Teknik Tendangan.....</b>	<b>45</b>
<b>GAMBAR 4.14 Dapat Menguasai Teknik Jatuhan.....</b>	<b>46</b>
<b>GAMBAR 4.15 Dapat Menguasai Teknik Tangkisan .....</b>	<b>47</b>
<b>GAMBAR 4.16 Dapat Menguasai Teknik Pola Langkah .....</b>	<b>47</b>
<b>GAMBAR 4.17 Diagram Kecerdasan Kinestetik Siswa .....</b>	<b>50</b>

**DAFTAR TABEL**

<b>TABEL 3.1 Desain <i>One-Shot Case Study</i> .....</b>	<b>21</b>
<b>TABEL 3.2 Kisi-kisi Instrumen Observasi Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat .....</b>	<b>25</b>
<b>TABEL 3.3 Pedoman Lembar Observasi Kecerdasan Kinestetik Siswa .....</b>	<b>28</b>
<b>TABEL 3.4 Konversi Skor Sesuai Dengan Kreteria Kemampuan Kecerdasan Kinestetik..30</b>	
<b>TABEL 3.5 Kriteria Penilaian Kemampuan Kecerdasan Kinestetik .....</b>	<b>31</b>
<b>TABEL 3.6 Konversi Nilai Sesuai Dengan Kriteria Kemampuan Kecerdasan Kinestetik ..31</b>	
<b>TABEL 4.1 Rekapitulasi Nilai .....</b>	<b>49</b>
<b>TABEL 4.2 Distribusi Frekuensi Kecerdasan Kinestetik Siswa.....</b>	<b>50</b>
<b>TABEL 4.3 Hasil Uji Validitas.....</b>	<b>52</b>
<b>TABEL 4.4 Hasil Uji Reabilitas .....</b>	<b>53</b>
<b>TABEL 4.5 Pengujian Normalitas Data Dengan Rumus <i>Chi Kuadrat</i> .....</b>	<b>54</b>
<b>TABEL 4.6 Disribusi Frekuensi Pengujian Normalitas Data .....</b>	<b>55</b>
<b>TABEL 4.7 Pembahasan Dan Jurnal Pendukung.....</b>	<b>57</b>

**LAMPIRAN**

<b>LAMPIRAN 1.....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN 2.....</b>	<b>84</b>
<b>LAMPIRAN 3.....</b>	<b>90</b>
<b>LAMPIRAN 4.....</b>	<b>92</b>
<b>LAMPIRAN 5.....</b>	<b>97</b>
<b>LAMPIRAN 6.....</b>	<b>98</b>
<b>LAMPIRAN 7.....</b>	<b>99</b>
<b>LAMPIRAN 8.....</b>	<b>101</b>
<b>LAMPIRAN 9.....</b>	<b>102</b>
<b>LAMPIRAN 10.....</b>	<b>103</b>
<b>LAMPIRAN 11.....</b>	<b>104</b>
<b>LAMPIRAN 12.....</b>	<b>105</b>
<b>LAMPIRAN 13.....</b>	<b>106</b>
<b>LAMPIRAN 14.....</b>	<b>107</b>
<b>LAMPIRAN 15.....</b>	<b>108</b>
<b>LAMPIRAN 16.....</b>	<b>109</b>

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan tersebut dan mengidentifikasi sejauh mana kegiatan ekstrakurikuler pencak silat dapat memengaruhi perkembangan kecerdasan kinestetik siswa di SD N 02 Indralaya Utara. Studi ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen*. Desain penelitian yang digunakan adalah *one-shot case study*, Sampel dari penelitian ini yaitu berjumlah 20 orang. Prosedur penelitian terdiri dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap analisis data, dan pengumpulan data. Hasil penelitian kecerdasan kinestetik secara menyeluruh dari semua indikator terdapat 12 dari 20 anak berada pada berkembang Sangat Baik, selanjutnya 8 dari 20 orang anak berada pada Berkembang Sesuai Harapan, kemudian 0 dari 20 orang anak berada pada Mulai Berkembang, serta 0 dari 20 orang anak berada pada Belum Berkembang. Perhitungan diperoleh nilai  $t_{hitung} = 8,67$  dan hasil  $t_{tabel} = 1,73$  dengan demikian  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima.

**Kata kunci** : Kecerdasan Kinestetik, Ekstrakurikuler Pencak Silat



**ABSTRACT**

*This study aims to fill the knowledge gap and identify the extent to which extracurricular activities of pencak silat can influence the development of students' kinesthetic intelligence at SD N 02 Indralaya Utara. This study uses a quantitative method with a pre-experimental design. The research design used is a one-shot case study, the sample of this study is 20 people. The research procedure consists of the preparation stage, the implementation stage, the data analysis stage, and data collection. The results of the overall kinesthetic intelligence study from all indicators are 12 out of 20 children who are developing Very Well, then 8 out of 20 children are Developing According to Expectations, then 0 out of 20 children how many are in Starting to Develop, and 0 out of 20 children how many are in Not Yet Developing. the calculation obtained the value of t count = 8.67 and the result of t table = 1.73 thus t count > t table then Ho is rejected, Ha is accepted.*

**Keywords :** *Kinesthetic Intelligence, Extracurricular Pencak Silat*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang memiliki potensi besar dalam pengembangan aspek fisik dan psikomotorik siswa adalah pencak silat. Pencak silat bukan hanya seni bela diri, tetapi juga menggabungkan unsur-unsur gerak dan kinestetik yang dapat memengaruhi perkembangan fisik dan kecerdasan kinestetik siswa. Namun, pada saat ini, masih kurangnya penelitian yang mengkaji secara mendalam pengaruh kegiatan ekstrakurikuler pencak silat terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik siswa di tingkat sekolah dasar, khususnya di SD N 02 Indralaya Utara

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan tersebut dan mengidentifikasi sejauh mana kegiatan ekstrakurikuler pencak silat dapat memengaruhi perkembangan kecerdasan kinestetik siswa di SD N 02 Indralaya Utara. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak positif pencak silat pada kecerdasan kinestetik siswa, sekolah dan pihak terkait dapat lebih mendukung dan mengembangkan program ekstrakurikuler yang sesuai untuk meningkatkan potensi siswa dalam aspek fisik dan kinestetik, serta memberikan kontribusi positif pada perkembangan mereka secara keseluruhan.

Menurut Fitriana dikutip oleh (Sabila, dkk. 2023) Stimulasi pada kecerdasan ini bertujuan untuk menyiapkan kekuatan otot-otot pada organ gerak, melatih keseimbangan, kelincahan, dan ketangkasan anak sehingga pembelajaran untuk mengasah kecerdasan kinestetik anak sangat penting, supaya anak mempunyai kesiapan menuju tahapan pendidikan selanjutnya.

Faktor yang mempengaruhi Kecerdasan kinestetik pada anak yaitu faktor tampilan dan faktor lingkungan. Faktor tampilan paling sering berpengaruh pada keterampilan gerak tertentu, faktor tampilan dapat berupa ukuran tubuh, pertumbuhan fisik, kekuatan, dan berat tubuh serta system syaraf. Sedangkan faktor lingkungan adalah banyak sedikitnya dan kualitas rangsangan yang diterima. Menurut Endang Rini Sukamti dikutip oleh (Ihwanul, dkk. 2023)

Maka harapannya setiap siswa memiliki kecerdasan kinestetik yang baik dalam kemampuan gerak tubuh atau fisiknya untuk mengeskpesikan ide. Melalui ekstrakurikuler pencak silat siswa dapat mempengaruhi kecerdasan kinestetik seperti keseimbangan, kekuatan otot, kelincahan dan mampu mengkoordinasikan tubuh secara baik.

Melalui penelitian tersebut maka peneliti melakukan penelitian “Pengaruh kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Terhadap Kecerdasan Kinestetik di SD N 02 Indralaya Utara”.

### **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu bagaimana pengaruh kegiatan ekstrakurikuler pencak silat terhadap kecerdasankinestetik siswa di SD N 02 Indralaya Utara?

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di kemukakan maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kegiatan ekstrakurikuler pencak silat terhadap kecerdasan kinestetik siswa di SD N 02 Indralaya Utara.

### **1.4. Manfaat penelitian**

Adapun manfaat Penelitian adalah:

#### **1.4.1. Manfaat Bagi Pengajar**

Sebagai masukan agar dapat menerapkan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat sebagai salah satustreategi dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik peserta didik.

#### **1.4.2. Manfaat Bagi Peserta Didik**

Agar membantu peserta didik dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik peserta didik. Dengan begitu peserta didik akan semakin percaya diri untuk melakukan aktivitas dikehidupan sehari-hari.

1.4.3. Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai bekal dalam melaksanakan pekerjaan sebagai guru nantinya sehingga menumbuhkan semangat aktivitas anak salah satunya melalui kegiatan esktrakulikuler pencak silat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, A. Q., Permanasari, A. T., & Khosiah, S. (2019). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Senam Irama. *Seminar Nasional PGPAUD 2019*, 31–40. <http://semnaspgpau.untirta.ac.id/index.php>
- Angga, A., Iyakrus, I., Bayu, W. I., & Solahuddin, S. (2022). SURVEI PERSEPSI PESERTA DIDIK TERHADAP PELAKSANAAN EKSTRAKURIKULER. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 10(1), 46-53.
- Anggaraini, P., Destriana, D., & Yusfi, H. (2023). KEKUATAN OTOT LENGAN APAKAH BERKONTRIBUSI TERHADAP HASIL SERVIS BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI?. *Journal of Sport Science and Fitness*, 9(2), 136-143.
- Dwidana, R., Komang, I. G., & Gustiana, A. D. (2019). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Melalui Pembelajaran Seni Pencak Silat. *Edukid*, 14(2), 376–384. <https://doi.org/10.17509/edukid.v14i2.20026>.
- Meysari, E., Rasyono, R., Usra, M., & Bayu, W. I. B. (2024). Motivasi Atlet Petanque Setelah Kejuaraan. *Jurnal Porkes*, 7(2), 1341-1351.
- Fitriana, A. A., Azizah, E. N., & Tanto, O. D. (2021). Pengaruh Media Sosial Tik Tok Terhadap Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini. *JCE (Journal of Childhood Education)*, 5(1), 147-158.
- Firdaus, F. M., Nurfauzan, P., & Hanaris, R. (2020). Pengaruh Metode Drill Pencak Silat Terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa Sekolah Dasar. *JMIE (Journal of Madrasah Ibtidaiyah Education)*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.32934/jmie.v4i1.171>
- Haq, V. A. (2022). Menguji Validitas dan Reliabilitas pada Mata. *An-Nawa: Jurnal Studi Islam*, 04(01), 11–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.37758/annawa.v4i1.419>
- Hariyanti, W., Astra, I. ketut B., & Suwiwa, I. G. (2019). Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Tingkat Pemula dalam Pembelajaran Pencak Silat. *Jurnal Penjakora*, 6(1), 57. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v6i1.17713>
- Hasibuan, N. R. F., Fauzi, T., & Novianti, R. (2020). Pengaruh kegiatan senam irama terhadap kecerdasan kinestetik pada anak kelompok b tk mustabaqul khoir Palembang. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), 118–123.

- Hanifah, I. N., Syamsuramel, S., Bayu, W. I., & Rasyono, R. (2023). Pengaruh Lempar Tangkap Menggunakan Medicine Ball Terhadap Power Otot Lengan pada Kegiatan Ekstrakurikuler Handball. *Corner: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 4(1), 7-17.
- Janna, I. L., & Mega. (2021). Analisis Ekstrakurikuler Pendukung Kecerdasan Kinestetik-Jasmani Siswa SD.
- Kamarudin, K., Zulrafla, Z., & Irma, A. (2023). Latihan Pliometrik Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Tendangan Sabit. *Jambura Health and Sport Journal*, 5(1), 66-73.
- Kartika, M., Iyakrus, I., Bayu, W. I., Usra, M., Syafaruddin, S., & Yusfi, H. (2022). Pengembangan media pembelajaran pendidikan jasmani berbasis android pada materi pencak silat. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 10(4), 274-284.
- Maliza, A. S., Yusfi, H., & Ramadhan, A. (2023). Pengaruh latihan lari sprint 20 meter terhadap kecepatan tendangan dollyo chagi pada siswa ekstrakurikuler taekwondo. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)*, 8(1), 88-93.
- Mayasarokh, M., Darmayanti, & Ahdiani Hayati, L. (2023). Penerapan Pembelajaran Seni Tari Terhadap Kecerdasan Kinestetik. *Jurnal Pelita PAUD*, 7(2), 433–439.
- Ngewa, H. M. (2020). Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu (Penelitian Tindakan di Kelompok B TK Pertiwi No.1 Uloe, Kecamatan Dua Boccoe, Kabupaten Bone, Sulawesi Selatan, Tahun 2016). *Educhild*, 2(1), 1–24. <http://content.ebscohost.com/>
- Pangkep, B. C., Ummah, I., Pembelajaran, P., Terhadap, L., & Kinestetik, K. (2023). *KECERDASAN KINESTETIK ANAK DI TK KEMALA Ihwanul*
- Permana, M. A., Syafaruddin, S., Bayu, W. I., & Rasyono, R. (2023). Sikap belajar peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. *Bima Loka: Journal of Physical Education*, 4(1), 45-54.
- Putri, S. G., Wijayanto, A., & Diana, R. R. (2023). Permainan Jump Hap sebagai media untuk Menstimulasi Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 3-4 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4451–4464. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.3885>

- Reno, R., Iyakrus, I., Usra, M., Hartati, H., Yusfi, H., & Bayu, W. I. (2022). Pengembangan Model Program Latihan Untuk Meningkatkan Kebugaran Fisik Atlet Atletik. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 10(2), 89-99.
- Saputra, A. H., Bayu, W. I., Destriani, D., & Yusfi, H. (2023). Survei aktivitas fisik dan kebugaran jasmani pada peserta didik usia 14-16 tahun. *Sriwijaya Journal of Sport*, 3(1), 28-38.
- Schiff, N. T. (2019). Implementasi Mental Imagery dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Jurus Tunggal Baku Pencak Silat. *Jpoe*, 1(2), 86–97.  
<https://doi.org/10.37742/jpoe.v1i2.20>
- Sugihartono, T. (2019). Model Problem Based Learning Meningkatkan Keterampilan Senam Irama Pada Pembelajaran Penjasorkes. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8274>
- Trisanti, F. D., Zaini, M., Kiai, N., Achmad, H., & Jember, S. (2023). Peran Guru Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Melalui Permainan Lempar Tangkap Bola. *PRESCHOOL: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 3. <https://preschool.uinkhas.ac.id/index.php/preschool/article/view/56>
- Yuliana, T. (2024). *Pengaruh Pembelajaran Penjas Berbasis Adventure Education Terhadap Kecerdasan Kinestetik Dan Interpersonal Pada Siswa Kelas V Di Sd Negeri Petompon 02 Semarang Tahun Ajaran 2023 / 2024. November 2023*, 844–851.
- Yuningsih, R., Akmariani, C., Fitriani, W., & Batusangkar, P. I. (2020). *PENGARUH SENAM IRAMA TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK PADA ANAK DI TK KURNIA ILLAHI KABUPATEN DATAR*. 2(1), 1–8.
- Yusfi, H., Hamid, F., Suharti, S. P., Mbabho, F., & Kusuma, A. I. (2025). *BUGAR TANPA ALAT: Latihan Kebugaran Sederhana Untuk Semua Usia*. Feniks Muda Sejahtera.