

**PENGARUH PERMAINAN FUTSAL DAN KEDISIPLINAN  
TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK SISWA  
DI MAN 3 KOTA MEDAN**

**TESIS**

**OLEH**

**FATIMATU KHOTIMAH  
NPM. 171804101**



**PROGRAM STUDI MAGESTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
TAHUN 2020**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 23/12/21

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)23/12/21

**PENGARUH PERMAINAN FUTSAL DAN KEDISIPLINAN  
TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK SISWA  
DI MAN 3 KOTA MEDAN**

**TESIS**

Disajikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi  
pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area



OLEH

**FATIMATU KHOTIMAH  
NPM. 171804101**

**PROGRAM STUDI MAGESTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
TAHUN 2020**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 23/12/21

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)23/12/21

UNIVERSITAS MEDAN AREA  
PROGRAM PASCASARJANA  
MAGESTER PSIKOLOGI

## IIALAMAN PERSETUJUAN

Judul Pengaruh Permainan Futsal dan Kedisiplinan terhadap Kecerdasan Kinestetik  
Siswa di MAN 3 Kota Medan

Nama Fatimatu Khotimah  
NPM • 171804101

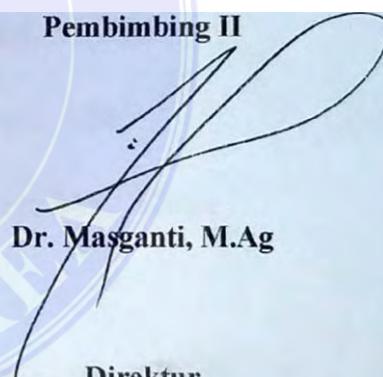
### Menyetujui

Pembimbing I



Prof. Dr. Milfayetty, MS., Kons

Pembimbing II



Dr. Masganti, M.Ag

Direktur



Magister Psikologi  
Ketua  
Program  
Studi  
Magister  
Psikologi  
Prof. Dr. Milfayetty



UNIVERSITAS  
MEDAN AREA  
PROGRAM PASCASARJANA  
Prof. Dr. Ir Retno Astuti K., MS

ilf etty, MS., Kons

## PERNYATAAN

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 23/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)23/12/21

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

15 Oktober 2020



Fatimah Khotimah

NPM : 171804101

## ABSTRAK

FATIMATU KIIOTIMAIL. Pengaruh Permainan Futsal (Ia  
Kedisiplinan terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa di MAN 3 Kota  
Medan. Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan  
Area Medan. 2019

Masalah dalam penelitian ini adalah karakter siswa mengenai kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik kurang berkembang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh permainan futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan. Permainan Futsal menggunakan latihan circuit training menggunakan bola berupa squat trust, hightjump, sit up, shuttle run selama 20 menit dalam 1-2 sesi. Jenis penelitian adalah eksperimen semu. Populasi adalah siswa Kelas XI MIA sebanyak 36 orang terdiri dari 18 orang di Kelas XI MIA I dan XI MIA 2 (eksperimen), sebanyak 18 di Kelas XI MIA 4 dan XI MIA 5 (kontrol). Pengambilan sampel dengan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan angket untuk mengetahui kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik. Analisa data menggunakan teknik ANAVA dua jalur (desain faktorial 2 x 2) dengan taraf signifikan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh permainan futsal terhadap kecerdasan kinestetik ( $F_{hitung} =$

7,580 dan nilai sig. 0,010), ada pengaruh kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik ( $F_{hitung} = 10,586$  dan nilai sig. 0,003), dan ada pengaruh interaksi permainan futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik ( $F_{hitung} = 4,420$  dan nilai sig. 0,043). Kesimpulan penelitian bahwa permainan futsal dan kedisiplinan berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan kinestetik.

Kata Kunci : Permainan Futsal, Kedisiplinan, Kecerdasan Kinestetik

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Medan, Oktober 2020

Fatimah Khotimah



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur saya ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Penelitian Tesis yang berjudul “PENGARUH PERMAINAN FUTSAL DAN KEDISIPLINAN TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK SISWA DI MAN 3 KOTA MEDAN” penelitian tesis ini dapat selesai dengan baik. Penulisan ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh Gelar Magister pada Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area.

Saya menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan sehingga saya mohon kritik dan saran dari berbagai pihak, agar hasilnya lebih baik. Atas segala bantuan dan bimbingan saya mengucapkan terima kasih. Semoga Allah SWT membalasnya.

Akhirnya kata, semoga tesis ini bermanfaat bagi kita semua dan dapat dijadikan sumbangan pemikiran dalam dunia pendidikan siswa.

Medan, Oktober 2020

Penulis

FATIMATU HOTIMAH

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur Penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis berjudul “PENGARUH PERMAINAN FUTSAL DAN KEDISIPLINAN TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK SISWA DI MAN 3 KOTA MEDAN”

Dalam penyusunan Tesis ini penulis telah banyak mendapatkan bantuan materil berupa dukungan moril dan membimbing (penulisan) dari berbagai pihak. Untuk itu penghargaan dan ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. Rektor Universitas Medan Area
2. Direktur Pascasarjana Universitas Medan Area, Prof.Dr.Ir.Retno Astuti Kuswardani,MS
3. Ketua program Studi Magister Psikologi, Prof.Dr.Sri Milfayetty, MS.Kons, S.Psi
4. Komisi Pembimbing
5. Ayah dan Bunda serta suami, ananda semua saudara/keluarga
6. Rekan-rekan mahasiswa Pascasarjana Universitas Medan Area seangkatan 2017
7. Seluruh staf/ pegawai Pascasarjana Universitas Medan Area
8. Kepala sekolah MAN 3 Kota Medan dan siswa Kelas IX yang telah berpartisipasi dalam pengumpulan data.

## ABSTRAK

### **FATIMATU KHOTIMAH. Pengaruh Permainan Futsal dan Kedisiplinan terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa di MAN 3 Kota Medan. Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area Medan. 2019**

Masalah dalam penelitian ini adalah karakter siswa mengenai kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik kurang berkembang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh permainan futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan. Permainan Futsal menggunakan latihan *circuit training* menggunakan bola berupa *squat trust, hight jump, sit up, shuttle run* selama 20 menit dalam 1-2 sesi. Jenis penelitian adalah eksperimen semu. Populasi adalah siswa Kelas XI MIA sebanyak 36 orang terdiri dari 18 orang di Kelas XI MIA 1 dan XI MIA 2 (eksperimen), sebanyak 18 di Kelas XI MIA 4 dan XI MIA 5 (kontrol). Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket untuk mengetahui kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik. Analisa data menggunakan teknik ANAVA dua jalur (desain faktorial 2 x 2) dengan taraf signifikan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh permainan futsal terhadap kecerdasan kinestetik ( $F_{hitung} = 7,580$  dan nilai *sig.* 0,010), ada pengaruh kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik ( $F_{hitung} = 10,586$  dan nilai *sig.* 0,003), dan ada pengaruh interaksi permainan futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik ( $F_{hitung} = 4,420$  dan nilai *sig.* 0,043). Kesimpulan penelitian bahwa permainan futsal dan kedisiplinan berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan kinestetik.

Kata Kunci : Permainan Futsal, Kedisiplinan, Kecerdasan Kinestetik

## **ABSTRACT**

**FATIMATU KHOTIMAH. The Effect of Futsal Game and Discipline on Students' Kinesthetic Intelligence in MAN 3 Medan City. Master of Psychology, Postgraduate Program, University of Medan Area, Medan. 2019**

*The problem in this study is that there is a lack of character among students regarding discipline and kinesthetic intelligence. This study aims to analyze the effect of Futsal games to improve kinesthetic discipline and intelligence. Futsal games use circuit training exercises using balls in the form of squat trusts, high jumps, sit ups, shuttle runs for 20 minutes in 1-2 sessions. Quasi-experimental research type. The population was 36 students of Class XI MIA MAN 3 Medan City consisting of 18 people consisting of 18 people in Class XI MIA 1 and XI MIA 2 (experimental group), then 18 students in Class XI MIA 4 and XI MIA 5 (control group). with a purposive sampling technique. Data collection using questionnaires and inhibition to determine the discipline and kinesthetic intelligence. Analysis of statistical results using independent t-test test revealed the value of sig (2-tailed) discipline and kinesthetic intelligence at the meeting of 4 and 5 sig <0.05, then it can be concluded that there was an influence of Futsal play on the discipline and kinesthetic intelligence of students between the experimental and control groups. This study concludes that the game of Futsal has a relationship to discipline and kinesthetic intelligence at a circuit training session using a ball*

*Keywords: Futsal Game, Discipline, Kinesthetic Intelligence*

## DAFTAR ISI

	<i>Halaman</i>
HALAMAN PERSETUJUAN .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH .....	vi
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	9
1.3. Rumusan Masalah .....	10
1.4. Tujuan Penelitian .....	10
1.5. Manfaat Penelitian .....	11
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1. Kerangka Teori.....	12
2.1.1. Hakikat Kedisiplinan.....	12
2.1.2. Kecerdasan Kinestetik.....	21
2.1.4. Permainan Futsal.....	34
2.2. Kerangka Konseptual.....	41
2.2.1. Pengaruh Permainan Futsal terhadap Kedisiplinan Siswa .....	41
2.2.2. Pengaruh Kedisiplinan terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa.....	42
2.2.3. Pengaruh Interaksi antara Permainan Futsal dan Kedisiplinan terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa .....	42
2.3. Hipotesis.....	43
<b>BAB III. PROSEDUR PENELITIAN</b>	
3.1. Desain Penelitian .....	44
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian .....	46
3.2.1. Tempat Penelitian.....	46
3.2.2. Waktu Penelitian .....	46
3.3. Identifikasi Variabel.....	46
3.3.1. Variabel Bebas .....	47
3.3.2. Variabel Terikat .....	47

3.4.	Definisi Operasional .....	47
3.5.	Populasi dan Sampel .....	48
3.5.1.	Populasi .....	48
3.5.1.	Sampel .....	49
3.6.	Teknik Pengambilan Sampel.....	49
3.7.	Metode Pengumpulan Data .....	50
3.7.1.	Instrumen Penelitian.....	51
3.7.2.	Uji Validitas dan Reliabilitas .....	53
3.8.	Prosedur Penelitian .....	54
3.8.1.	Tahap Awal .....	54
3.8.2.	Tahap Pelaksanaan .....	54
3.8.3.	Tahap Pelaporan .....	56
3.9.	Teknik Analisis Data.....	56
3.9.1.	Uji Normalitas Data .....	56
3.9.2.	Uji Homogenitas .....	57
3.9.3.	Uji Hipotesis .....	59
 <b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>		
4.1.	Orientasi Kancan .....	59
4.1.1.	Tempat Permainan Futsal .....	59
4.2.	Data Penelitian.....	66
4.3.	Pembahasan Penelitian.....	87
4.3.1.	Pengaruh Permainan Futsal terhadap Kedisiplinan Siswa.....	87
4.3.2.	Pengaruh Permainan Futsal terhadap Kecerdasan Kinestetik.....	90
4.3.3.	Pengaruh Permainan Futsal terhadap Kedisiplinan dan Kecerdasan Kinestetik Siswa .....	93
 <b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>		
5.1.	Kesimpulan.....	96
5.2.	Saran .....	96
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>98</b>
 <b>LAMPIRAN .....</b>		<b>103</b>

## DAFTAR TABEL

		<i>Halaman</i>
Tabel 1.1.	Hasil Observasi awal Pelaksanaan Permainan Futsal dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa.....	4
Tabel 1.2.	Hasil Observasi awal Pelaksanaan Permainan Futsal dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik.....	7
Tabel 2.1.	Indikator Kedisiplinan Siswa.....	17
Tabel 2.2.	Indikator Kecerdasan Kinestetik Siswa.....	30
Tabel 3.1.	Desain Penelitian.....	44
Tabel 3.2.	Indikator dan Kisi-kisi Variabel Kedisiplinan.....	51
Tabel 3.3.	Indikator dan Kisi-kisi Variabel Kecerdasan Kinestetik.....	52
Tabel 4.1.	Keadaan Siswa-Siswi MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019.....	62
Tabel 4.2.	Keadaan Tenaga Pendidik dan Kependidikan MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019.....	63
Tabel 4.3.	Sarana dan Prasarana Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019.....	65
Tabel 4.4.	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kedisiplinan.....	66
Tabel 4.5.	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kecerdasan Kinestetik.....	67
Tabel 4.6.	Tabulasi Data Kedisiplinan (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 1.....	68
Tabel 4.7.	Tabulasi Data Kedisiplinan (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 2.....	69
Tabel 4.8.	Tabulasi Data Kedisiplinan (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 3.....	70
Tabel 4.9.	Tabulasi Data Kedisiplinan (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 4.....	70
Tabel 4.10.	Tabulasi Data Kedisiplinan (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 5.....	71
Tabel 4.11.	Jumlah dan Rerata Instrumen Kedisiplinan (Circuit dan Pemanasan Biasa).....	73

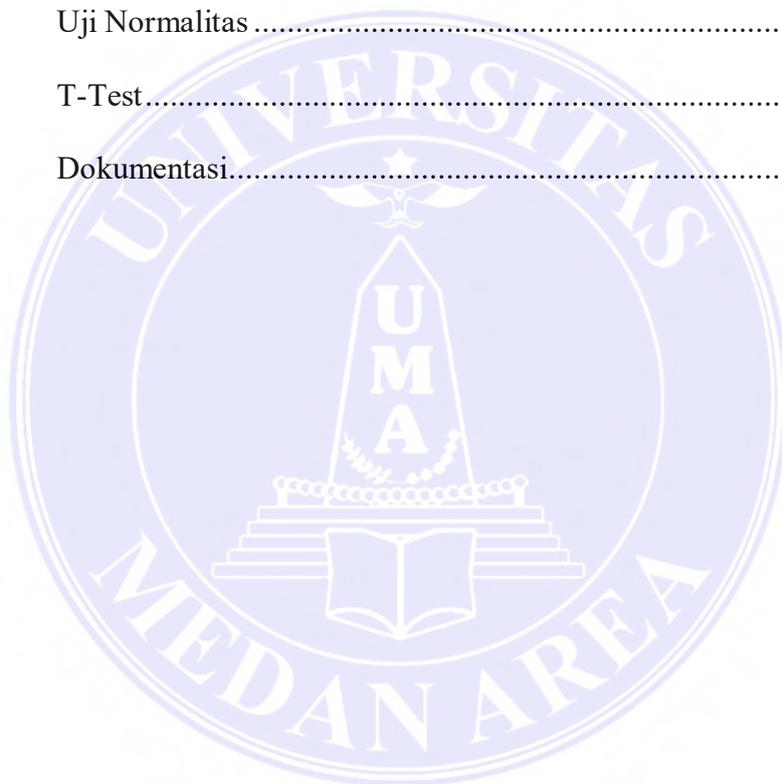
Tabel 4.12.	Tabulasi Data Kecerdasan Kinestetik (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 1 .....	74
Tabel 4.13.	Tabulasi Data Kecerdasan Kinestetik (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 2 .....	75
Tabel 4.14.	Tabulasi Data Kecerdasan Kinestetik (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 3 .....	76
Tabel 4.15.	Tabulasi Data Kecerdasan Kinestetik (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 4 .....	77
Tabel 4.16.	Tabulasi Data Kecerdasan Kinestetik (Circuit dan Pemanasan Biasa) Pertemuan 5 .....	78
Tabel 4.17.	Jumlah dan Rerata Instrumen Kecerdasan Kinestetik (Circuit dan Pemanasan Biasa) .....	79
Tabel 4.18.	Data Skor Kedisiplinan Kategori Tinggi dan Rendah.....	80
Tabel 4.19.	Data Skor Kedisiplinan Kategori Tinggi dan Rendah .....	81
Tabel 4.20.	Hasil Uji Normalitas Data Kedisiplinan dan Kecerdasan Kinestetik ( <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> ) .....	83
Tabel 4.21.	Hasil Uji Homogenitas Data .....	84
Tabel 4.22.	Hasil Analisis ANOVA Dua Arah .....	85
Tabel 4.23.	Rekapitulasi Hasil Pengujian Hipotesis .....	87

## DAFTAR GAMBAR

	<i>Halaman</i>
Gambar 2.1. Latihan <i>Squat Trust</i> .....	38
Gambar 2.2. Latihan <i>Hight Jump</i> .....	39
Gambar 2.3. Latihan Cara Melakukan <i>Sit Up</i> .....	39
Gambar 2.4. Latihan <i>Shuttle Run</i> .....	40
Gambar 4.1. .... Grafik Kedisiplinan Siswa (Circuit dan Pemanasan Biasa)	73
Gambar 4.2. Grafik Kecerdasan Kinestetik Siswa (Circuit dan Pemanasan Biasa) .....	80
Gambar 4.3. Grafik Normal P=P Plot Kedisiplinan.....	83
Gambar 4.4. Grafik Normal P=P Plot Kecerdasan Kinestetik.....	83

## DAFTAR LAMPIRAN

	<i>Halaman</i>
1. Angket .....	93
2. Daftar Cheklist Pengamatan.....	95
3. Data Penelitian .....	96
4. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	106
5. Uji Normalitas .....	108
6. T-Test.....	109
7. Dokumentasi.....	113



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan di lembaga pendidikan memberikan kesempatan sepenuhnya kepada peserta didik (siswa) untuk memenuhi kebutuhan berekspresi dalam meningkatkan keterampilan dan kemampuannya dengan berbagai cara seperti kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler sekolah seperti menari, menggambar, melukis, olahraga, dan kegiatan lainnya. Pendidikan Madrasah Aliyah Negeri adalah jenjang pendidikan menengah pada pendidikan formal di Indonesia yang setara dengan sekolah menengah atas. Pengelolaannya dilakukan oleh Kementerian Agama.

Sejalan dengan Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional tahun 1989, Madrasah harus menerapkan kurikulum nasional 1994 yang ditetapkan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Berdasarkan ketentuan undang-undang tersebut madrasah pada dasarnya sepadan dengan sekolah umum dengan sedikit perbedaan, yaitu madrasah memberikan penekanan khusus pada mata pelajaran agama Islam.

Siswa yang terdaftar di MAN 3 Kota Medan Jalan Pertahanan Patumbak Kelurahan Timbang Del Kecamatan Medan Amplas memiliki salah kegiatan ekstrakurikuler sekolah yaitu permainan Futsal. Permainan ini merupakan salah satu ekstrakurikuler yang sangat menarik bagi siswa laki-laki. Futsal adalah salah satu jenis olahraga yang disukai oleh masyarakat sekarang ini sebagai olahraga

sekaligus rekreasi/ Kegiatan olahraga ini terdiri dari dua tim berjumlah lima orang dan menggunakan bola yang ditendang sebagai alat permainannya sangat menarik hati bagi siswa.

Salah satu olahraga yang populer saat ini di kalangan masyarakat yakni cabang olahraga Futsal. Permainan Futsal bukan hanya disenangi oleh anak laki-laki saja, namun anak perempuan pun menyukai permainan ini. Saat melakukan observasi ke lembaga MAN 3 Kota Medan terlihat peserta didik perempuan juga sangat menyenangi permainan ini. Permainan yang dilakukan secara beregu ini memiliki banyak manfaat. Permainan ini menuntut kerjasama yang baik antara timnya, kedisiplinan dan keberanian agar tidak dikalahkan oleh tim lawan.

Olahraga Futsal mengandung beberapa nilai positif untuk pembinaan kepribadian seseorang. Nilai-nilai tersebut sangat bermanfaat bagi dirinya sendiri, orang lain dan lingkungan sekitarnya. Bertemali dengan aspek sosial emosional dalam aspek ini, diharapkan siswa tersebut sudah mampu memahami makna sebuah kedisiplinan yaitu dengan taat dan patuh terhadap aturan. Namun pada kenyataannya, siswa tersebut masih belum mampu disiplin dan belum mampu memahami arti sebuah kedisiplinan. Berdasarkan hal yang diungkapkan oleh Gunawan tentang disiplin sekolah artinya setiap siswa harus mengikuti aturan dan tata tertib sekolah seperti cara berpakaian yang rapih, ketepatan waktu. Dengan demikian penanaman disiplin sangatlah penting untuk ditanamkan sejak dini, karena hal ini akan menjadi bekal untuk siswa di masa yang akan datang. Melalui penanaman disiplin tersebut, hal ini akan memberikan manfaat bagi siswa tersebut di kemudian hari.

Sedangkan disiplin itu sendiri adalah mempertahankan setiap peraturan tata tertib (hukum) yang dibutuhkan untuk ketertiban kehidupan bersama (Siswanto & Lestari, 2012:90). Hal serupa pula diungkapkan oleh Gunawan tentang disiplin sekolah yaitu "*refers to students complying with a code of behavior often know as the school rules*" (Gunawan, 2012:266). Berdasarkan hal yang diungkapkan oleh Gunawan tentang disiplin sekolah artinya setiap siswa harus mengikuti aturan dan tata tertib sekolah seperti cara berpakaian yang rapih, ketepatan waktu, mengikuti proses belajar mengajar dan lainnya. Dengan demikian penanaman disiplin sangatlah penting untuk ditanamkan, karena hal ini akan menjadi bekal untuk siswa di masa yang akan datang. Melalui penanaman disiplin siswa akan memberikan manfaat baginya terutama meningkatkan prestasi di sekolah.

Upaya untuk mengembangkan disiplin diri adalah melalui penanaman disiplin. Dengan penanaman disiplin ini, guru berusaha menciptakan situasi proses belajar mengajar yang dapat mendorong siswa untuk berdisiplin dari dalam dirinya. Dalam hal ini Gordon (1996:3-4) mengatakan disiplin biasanya diartikan sebagai perilaku dan tata tertib yang sesuai dengan peraturan dan ketetapan, atau perilaku yang diperoleh dari pelatihan, seperti disiplin dalam kelas atau disiplin dalam tim olahraga yang baik.

Siswanto & Lestari (2012) menambahkan manfaat menanamkan disiplin bagi siswa mampu memberikan rasa aman, memberikan rasa percaya diri, membuat siswa menjadi mandiri, memudahkan siswa untuk diterima di lingkungannya, dan mampu menjauhkan dari hal-hal yang mampu membahayakan

dirinya sendiri. Berdasarkan hasil pengamatan awal peneliti tentang kedisiplinan siswa Kelas XI MAN 3 Kota Medan pada bulan Juli 2019 diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 1.1. Hasil Observasi Kedisiplinan Siswa

No.	Indikator Disiplin	Prosentase	Kriteria
1	Ketaatan terhadap peraturan	50 %	Kurang Baik
2	Kepedulian terhadap lingkungan	40 %	Kurang Baik
3	Partisipasi dalam proses belajar mengajar	50 %	Kurang Baik
4	Kepatuhan menjauhi larangan	50 %	Kurang baik

Berdasarkan hasil observasi awal tersebut peneliti melihat bahwa indikator kedisiplinan siswa di MAN 3 Kota Medan masih perlu ditingkatkan, dimana berdasarkan hasil pengamatan wawancara dengan guru bidang studi olahraga dan wali kelas bahwa ada siswa terlambat masuk sekolah, kondisi ruangan ribut bila tidak ada guru, tidak mengikuti proses belajar mengajar (absensi), terlambat mengumpulkan tugas, tidak melaksanakan tugas piket, dan tidak membuang sampah pada tempatnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Sikha Basti Nursetya (2013) menjelaskan bahwa siswa kelas X D mengalami peningkatan kedisiplinan secara signifikan setelah diberi tindakan oleh guru kolaborator. Pada siklus I pertemuan pertama tingkat kedisiplinan hanya 35,9%, kemudian pada siklus I pertemuan kedua kedisiplinan berada di 67,1%. Setelah siklus I berakhir ternyata kedisiplinan belum memenuhi KKM. Penelitian dikatakan berhasil jika tingkat kedisiplinan sudah berada pada 80%. Dilanjutkan pada siklus II pertemuan pertama,

kedisiplinan sudah mencapai angka 71,8%. Kemudian pada siklus II pertemuan kedua kedisiplinan mencapai 85,% di SMA Negeri 1 Wates.

Melihat dari penelitian yang pernah dilakukan oleh Bayu Asmara Yudha (2014) menunjukkan bahwa dengan mengikuti ekstrakurikuler Futsal, siswa SMA PGRI 1 Purwakarta akan lebih taat dan patuh pada peraturan atau lebih disiplin. Karena dalam olahraga Futsal, kedisiplinan merupakan hal yang paling penting. Siswa yang mempunyai disiplin berarti mempunyai kebiasaan untuk mematuhi ketentuan, tata tetib, dan biasanya siswa tersebut patuh dan menaruh rasa hormat kepada pelatihnya.

Disiplin merupakan sikap moral yang ada pada siswa dan dapat dibentuk melalui proses pembelajaran seperti permainan Futsal. Penanaman sikap disiplin ini penting sekali, karena dengan menanamkan sikap disiplin ini akan menuntut kesadaran siswa untuk melakukan dan tidak melakukan apa yang harus dan tidak harus dilakukan. Pada setiap siswa, sikap disiplin ini terbentuk tidak secara otomatis, tetapi sikap disiplin ini terbentuk karena adanya pengaruh lingkungan dari luar seperti perlakuan dari orang tua, guru, serta lingkungan tempat individu itu tergabung, dalam arti lain adanya suatu proses belajar dan pembiasaan (Bayu Asmara Yudha, 2014:4).

Komponen penting lainnya perlu dikembangkan dalam diri siswa yang berkaitan dengan permainan Futsal adalah kecerdasan kinestetik. Kecerdasan kinestetik menurut Armstrong (dalam Musfiroh, 2016:6.3) adalah kemampuan menggunakan seluruh tubuh (fisik) untuk mengekspresikan ide dan perasaan serta keterampilan menggunakan tangan untuk menciptakan atau mengubah sesuatu.

Sedangkan menurut Gardner (dalam Grafura, 2011:75) kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan menggunakan tubuh secara terampil untuk mengungkapkan ide atau pemikiran dan perasaan, mampu bekerja dengan baik dalam menangani dan memanipulasi objek. Gordon memandang kecerdasan sebagai potensi bio-psikologis, bukan hanya psikis tapi juga fisik. Kemampuan seperti ini dapat diamati pada siswa yang pandai berolahraga.

Kecerdasan gerak tubuh ialah kemampuan menggunakan anggota tubuh untuk kebutuhan. Kecerdasan ini juga bermakna keahlian menggunakan seluruh tubuh untuk mengekspresikan ide dan perasaan; bisa dari tangan, kaki, atau anggota tubuh lainnya. Kecerdasan ini dimiliki antara lain oleh seorang pemain Futsal. Menurut Howard Gardner (dalam Fakhruddin, 2010:142): Zaman & Helmi (2009:3), bahwa kecerdasan gerak tubuh anak sama pentingnya dengan kecerdasan yang lain, tingkat kecerdasan anak sangat ditentukan oleh keadaan otak dan dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti sifat genetis, lingkungan (fasilitas dan sosial-ekonomi keluarga), motivasi dan status gizinya.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada bulan Juni 2019, ternyata ditemukan permasalahan kecerdasan kinestetik siswa. Pada Tabel 2 berikut ini adalah hasil observasi awal yang dilakukan, kecerdasan kinestetik siswa terlihat dari indikator kecerdasan kinestetik yang diteliti sebagai berikut.

Tabel 1.2. Hasil Observasi awal Pelaksanaan Permainan Futsal terhadap Kecerdasan Kinestetik

No.	Indikator Kecerdasan Kinestetik	Prosentase	Kriteria
1	Memiliki kelompok belajar	50 %	Sedang
2	Suka beraktivitas	30%	Rendah
3	Suka keterampilan tangan	40 %	Rendah
4	Mencari ide dengan berolahraga	40 %	Rendah
5	Senang mengisi waktu luang	40 %	Rendah
6	Pandai berbicara dengan menggunakan bahasa tangan/tubuh	40%	Rendah
7	Merasa puas bila menyentuh sesuatu untuk lebih mengenal	40%	Rendah
8	Suka tantangan	40%	Sedang
9	Menyukai aktivitas fisik	40%	Rendah

Berdasarkan hasil observasi awal tersebut peneliti melihat bahwa kondisi kecerdasan kinestetik siswa masih belum mengalami perkembangan yang baik. Hasil observasi terkait tingkat kecerdasan kinestetik siswa pada umumnya terkategori rendah seperti lebih memilih belajar sendiri dari pada berdiskusi dengan temannya, kurang beraktivitas atau menyukai duduk berlama-lama tanpa melakukan aktivitas di dalam kelas, bergaya sewaktu bermain Futsal, suka menggerakkan tangan, memilih bermain olahraga jika tidak ada proses pembelajaran, mudah bergaul, suka menyentuh sesuatu, tidak takut jatuh saat bermain Futsal, dan ingin menjadi yang terbaik dalam permainan Futsal.

Permainan futsal yang selama ini diikuti siswa, belum dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa, baik motorik halus maupun kasarnya. Maksudnya siswa belum memiliki keterampilan bermain futsal seperti menggiring bola, mengover, dan menaham bola serta daya dorong jiwa dan kemuannya dalam proses pembelajaran di sekolah. Siswa juga kurang aktif dalam bertanya kepada

guru atau menanyakan permasalahan pembelajaran yang sukar dipahami, dimana siswa juga tidak memiliki kelompok belajar untuk mempermudah mengerjakan tugas-tugas yang diberikan para guru. Siswa juga tidak memiliki kebiasaan bermain futsal untuk mencari ide untuk menguasai materi pembelajaran. Siswa kurang memiliki keyakinan untuk menggali potensi yang ada pada dirinya untuk mempelajari keterampilan tangan sesuai anjuran guru mata pelajaran keterampilan. Siswa lebih senang membuang waktu dengan bercanda dan bersaudara dengan temannya pada jam istirahat dari pada membaca buku di perpustakaan. Keadaan ini menggambarkan bahwa tingkat kinestetik siswa masih perlu dioptimalkan untuk mendukung mengikuti peraturan sekolah, dan meningkatkan keinginan dan kemauan dalam meningkatkan prestasinya.

Penelitian Mardiana Putri Sukmawati (2012) bertujuan untuk meningkatkan hasil dan memperbaiki dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada peserta didik. Metode yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas, dilakukan secara kolaborasi dengan pihak sekolah yang terkait, subjek penelitian adalah 15 anak kelompok B terdiri dari 8 laki-laki dan 7 perempuan. Analisis data diperoleh melalui hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui permainan Futsal modifikasi motorik kasar peserta didik menjadi lebih baik dari pada sebelum di lakukan tindakan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa melalui permainan Futsal modifikasi dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik. Rekomendasi untuk guru yakni permainan Futsal modifikasi dapat digunakan sebagai kegiatan alternatif dalam KBM peserta didik agar anak

tidak merasa jenuh dan terhindar dari cedera dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Srinivasa (2011) dalam penelitian yang berjudul “*Effect Circuit training on Speed, Power and Cardiovascular Endurance Among Secondary School Hockey Players*“, penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan sirkuit pada variabel kebugaran *motoric* yang di pilih dari pemain *hockey* sekolah menengah. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa 12 minggu latihan khusus latihan sirkuit dapat meningkatkan kecepatan, daya ledak tungkai, dan daya tahan pernapasan *cardio* pada pemain *hockey* sekolah menengah.

Dari penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya tersebut, mereka menggunakan permainan Futsal untuk meningkatkan kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik pada peserta didik atau siswa sekolah menengah. Hasil yang didapat dari penelitian tersebut bahwa permainan Futsal dapat meningkatkan kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik siswa. Namun pada penelitian ini penulis ingin mengkaji kebermaknaan permainan Futsal dan kedisiplinan dapat mempengaruhi kecerdasan kinestetik siswa. Oleh karena itu, dirasa penting untuk dilakukan penelitian mengenai pengaruh permainan Futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah, ditemukan beberapa identifikasi permasalahan sebagai berikut :

1.2.1. Siswa mengikuti permainan Futsal di sekolah menerapkan pemanasan belum efektif meningkatkan kecerdasan kinestetiknya.

- 1.2.2. Siswa kesulitan menerapkan disiplin dalam menerapkan peraturan sekolah menyebabkan kecerdasan kinestetik yang rendah.
- 1.2.3. Siswa mengikuti permainan Futsal dan memiliki disiplin rendah cenderung memiliki kecerdasan kinestetik rendah.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka dalam penelitian ini dapat diajukan rumusan masalah sebagai berikut :

- 1.3.1. Adakah pengaruh permainan Futsal dengan latihan training dan pemanasan biasa terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan?
- 1.3.2. Adakah pengaruh kedisiplinan yang tinggi dan rendah terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan?
- 1.3.3. Adakah pengaruh interaksi antara permainan Futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan?.

### **1.4. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

- 1.4.1. Untuk mengetahui pengaruh permainan Futsal dengan latihan training dan pemanasan biasa terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
- 1.4.2. Untuk mengetahui pengaruh kedisiplinan yang tinggi dan rendah terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
- 1.4.3. Untuk mengetahui pengaruh interaksi antara permainan Futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.

## 1.5. Manfaat Penelitian

### 1.5.1. Manfaat Teoritis

- a) Memberikan pengetahuan mengenai pentingnya permainan Futsal dan sebagai pembelajaran dan kedisiplinan dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa.
- b) Dapat memperkaya wacana ilmu tentang kedisiplinan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa.
- c) Tersedianya permainan Fusttal di sekolah dapat digunakan guru untuk menerapkan kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik siswa.

### 1.5.2. Manfaat Praktis

#### 1.3.3.1.1. Bagi Siswa

Diharapkan pada siswa akan timbul rasa senang untuk menerima, memahami, serta melakukan permainan Futsal sehingga anak memiliki kesenangan terhadap Futsal tersebut. Selain itu siswa dapat menerapkan kedisiplinan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetiknya agar siswa tidak merasa jenuh dan bosan dalam pembelajaran dan lebih enjoy dalam mengikuti pembelajaran.

#### 1.3.3.1.2. Bagi Pendidik

Dapat menambah pengetahuan dan sumbangan pemikiran tentang kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik siswa dengan menggunakan permainan Futsal dalam pembelajaran ekstrakurikuler.

#### 1.3.3.1.3. Bagi Sekolah

Memberikan alternatif permainan dan menerapkan disiplin untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa dalam proses belajar mengajar dan aktivitas di sekolah.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1. Kerangka Teori

##### 2.1.1. Hakikat Kedisiplinan

Dalam kegiatan pembelajaran, baik di dalam kelas maupun di luar kelas, disiplin merupakan suatu sikap atau perilaku yang harus ada dalam diri setiap peserta didik, karenanya pembelajaran yang berlangsung dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Jika kita berbicara tentang disiplin maka pastilah kita memandang pada suatu peraturan, organisasi, kerja sama, mematuhi prosedur dan lain-lain. Namun apa sebenarnya pengertian dari disiplin itu sendiri?

Secara etimologi disiplin berasal dari bahasa Inggris *Disciple, discipline*, yang artinya penganut atau pengikut. Ditinjau dari segi terminologi disiplin menurut para ahli pendidikan mendefinisikan berbagai pengertian disiplin Menurut Thomas Gordon (1996: 3), Disiplin adalah perilaku dan tata tertib yang sesuai dengan peraturan dan ketetapan, atau perilaku yang diperoleh dari pelatihan yang dilakukan secara terus menerus.

Sebuah aktivitas yang selalu dilakukan pastilah mempunyai suatu tujuan. Sama halnya dengan sikap disiplin yang dilakukan oleh seseorang. Orang melakukan sikap disiplin karena ia mempunyai suatu tujuan yang hendak dicapai setelah ia melakukan sikap tersebut. bertujuan agar siswa belajar hidup dengan pembiasaan yang baik, positif, dan bermanfaat bagi diri dan lingkungannya.

Bistak Sirait (2008: 11) menyatakan bahwa tujuan utama dari sebuah sikap kedisiplinan adalah untuk mengarahkan anak supaya ia mampu untuk mengontrol

dirinya sendiri. selain itu juga supaya anak dapat melakukan aktivitas dengan terarah, sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Dari pendapat tersebut di atas maka dapat dilihat bahwa tujuan kedisiplinan adalah untuk mengarahkan anak supaya ia mampu untuk mengontrol dirinya sendiri, dapat melakukan aktivitas dengan terarah belajar hidup dengan pembiasaan yang baik, positif, dan bermanfaat bagi dirinya dan lingkungannya. Sehingga jika pada suatu saat tidak ada pengawasan dari orang luar, maka ia akan dengan sadar akan selalu berbuat sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku baik tertulis (seperti: Undang-undang, tata tertib sekolah dan lain-lain) maupun yang tidak tertulis (seperti norma adat, norma kesusilaan, norma kesopanan dan lain-lain) yang ada di dalam masyarakat.

Sikap disiplin harus ditanamkan kepada peserta didik, karena disiplin merupakan suatu pondasi awal mereka dalam menjalani kehidupan di lingkungan masyarakat. Penanaman sikap disiplin selain dapat diperoleh dari pengarahan dan pengajaran langsung dari orang tua, pelatih dan guru-guru di sekolah, juga dapat diperoleh dari proses pembelajaran langsung di lingkungan tempat mereka tinggal. Sikap disiplin juga sangat penting karena disiplin merupakan perasaan taat dan patuh terhadap nilai-nilai yang dipercaya termasuk melakukan pekerjaan tertentu yang dirasakan menjadi tanggungjawab. Sedangkan disiplin merupakan suatu sikap yang menunjukkan kesediaan untuk menepati atau mematuhi dan mendukung ketentuan, tata tertib peraturan, nilai serta kaidah-kaidah.

Komarudin dan Ibrahim (2007: 49) menyatakan bahwa: “Disiplin dalam olahraga adalah taat dan rasa tanggungjawab terhadap ketentuan, tata tertib,

program latihan, peraturan pertandingan dan nilai-nilai yang berlaku dalam pertandingan “. Dengan demikian disiplin bukanlah suatu yang dibawa sejak awal, tetapi sesuatu yang dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Disiplin juga merupakan sikap moral yang ada pada seseorang dan dapat dibentuk melalui proses pembelajaran. Penanaman sikap disiplin ini penting sekali, karena dengan menanamkan sikap disiplin ini akan menuntut kesadaran seseorang untuk melakukan dan tidak melakukan apa yang harus dan tidak harus dilakukan. Pada setiap individu sikap disiplin ini terbentuk tidak secara otomatis, tetapi sikap disiplin ini terbentuk karena adanya pengaruh lingkungan dari luar seperti perlakuan dari orang tua, guru, serta lingkungan tempat individu itu tergabung, dalam arti lain adanya suatu proses belajar dan pembiasaan.

Kemudian menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia disiplin diartikan dengan tata tertib (di sekolah, kemiliteran) ketaatan (kepatuhan) kepada peraturan; dan bidang studi yang memiliki objek, sistem dan metode tertentu. Sedang Tulus menjelaskan bahwa disiplin adalah mengikuti dan menaati peraturan, nilai dan hukum yang berlaku (KBBI, 2008).

Disiplin merupakan latihan waktu dan bathin agar segala perbuatan seseorang sesuai dengan peraturan yang ada. Dan disiplin berhubungan pembinaan, pendidikan serta perkembangan pribadi manusia. Yang menjadi sasaran pembinaan dan pendidikan adalah individu manusia dengan segala aspeknya sebagai suatu keseluruhan. Semua aspek tersebut diatur, dibina dan dikontrol hingga pribadi yang bersangkutan mampu mengatur diri sendiri. (Unaradjan, 2003: 9).

Disiplin juga merupakan suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai – nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan dan ketertiban. Karena sudah menyatu dengan dirinya, maka sikap atau perbuatan yang dilakukan bukan lagi atau sama sekali tidak dirasakan sebagai beban, bahkan sebaliknya akan membebani dirinya bilamana ia tidak berbuat seperti lazimnya. Nilai–nilai kepatuhan telah menjadi bagian dari perilaku dalam kehidupannya. Nilai – nilai kepekaan dan kepedulian juga telah menjadi bahagian hidupnya.

Sedangkan menurut Nitisemito bahwa kedisiplinan adalah sebagai sikap, tingkah laku dan perbuatan yang sesuai dengan peraturan arti lembaga yang tertulis maupun tidak (dalam Rohman, 2011:11).

E.B. Hurlock mengatakan bahwa disiplin merupakan kata yang sama dengan “disciple” yaitu seseorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin. Orangtua dan guru merupakan pemimpin dan anak merupakan murid yang belajar dari mereka tentang cara hidup yang berguna dan bahagia. Jadi disiplin merupakan cara masyarakat mengajar anak perilaku moral yang disetujui oleh kelompok (Hurlock, 2003 :82).

Karakter disiplin merupakan ciri khas yang menunjukkan bahwa seseorang memiliki sifat yang baik. Hurlock mengemukakan bahwa disiplin memiliki unsur – unsur antara lain :

- 1) Peraturan sebagai pedoman perilaku
- 2) Konsistensi dalam peraturan
- 3) Hukuman untuk pelanggaran
- 4) Penghargaan untuk perilaku yang baik

### 2.1.1.1. Indikator Kedisiplinan

Rahman (2011:25) mengatakan bahwa indikasi perilaku kedisiplinan adalah suatu sarat yang harus dipenuhi seseorang untuk dapat dikategorikan mempunyai perilaku disiplin. Indikator kedisiplinan siswa tersebut adalah :

#### 1. Ketaatan terhadap peraturan

Peraturan merupakan suatu pola yang ditetapkan untuk tingkah laku. Pola tersebut dapat ditetapkan oleh orang tua, guru, pengurus dan teman bermain. Tujuan adalah untuk membekali anak dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu. Dalam hal peraturan sekolah misalnya, peraturan mengatakan pada anak apa yang harus dan apa yang tidak boleh dilakukan sewaktu berada di sekolah seperti memakai seragam sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan.

#### 2. Kepedulian terhadap lingkungan

Pembinaan dan pembentukan disiplin ditentukan oleh keadaan lingkungannya. Keadaan suatu lingkungan dalam hal ini adalah ada atau tidaknya sarana – sarana yang diperlukan bagi kelancaran proses belajar mengajar di tempat tersebut, dan menjaga kebersihan dan keindahan lingkungan dimana mereka berada.

#### 3. Partisipasi dalam proses belajar mengajar

Partisipasi disiplin juga berupa perilaku yang ditunjukkan seseorang yang keterlibatannya dalam belajar mengajar. Hal ini dapat berupa absen dan datang dalam setiap kegiatan tepat waktunya, bertanya dan menjawab pertanyaan guru dan tidak membuat suasana gaduh dalam setiap pembelajaran.

#### 4. Kepatuhan menjauhi larangan

Pada sebuah peraturan juga terdapat larangan – larangan yang harus dipatuhi. Dalam hal ini larangan dibuat adalah dengan tujuan untuk membantu mengekang perilaku yang tidak diinginkan.

Tabel 2.1. Indikator Kedisiplinan Siswa

Variabel	Indikator Disiplin
Kedisiplinan Siswa	Ketaatan terhadap peraturan
	Kepedulian terhadap lingkungan
	Partisipasi dalam proses belajar mengajar
	Kepatuhan menjauhi larangan

Sumber : Rahman (2011:25)

#### 2.1.1.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan

Pembentukan disiplin pada anak, khususnya yang dilakukan dalam keluarga ditentukan oleh sejumlah faktor. Dodson (Maria J. Wantah, 2005: 180-184) ada lima faktor dalam pembentukan disiplin anak yaitu sebagai berikut:

##### 1. Latar belakang dan kultur kehidupan keluarga

Orangtua yang sejak kecil terbiasa hidup dalam lingkungan yang keras, pemabuk, tidak memiliki disiplin, tidak menghargai orang lain, dan bertingkah laku semaunya, maka kebiasaan itu akan terbawa ketika orangtua tersebut membimbing dan menanamkan disiplin pada anaknya. Penelitian Sebald (Maria J. Wantah, 2005: 180) menemukan bahwa orangtua yang sejak kecil dibesarkan dalam lingkungan budaya kekerasan, 70-80% cenderung mendisiplinkan anaknya dengan kekerasan pula. Sedangkan orangtua yang sejak kecil terbiasa hidup dalam lingkungan budaya acuh tak acuh, dibiarkan

dan tidak dipedulikan, sekitar 60 - 70% mendisiplinkan anaknya dengan cara membiarkan dan tidak mempedulikannya.

## 2. Sikap dan karakter orangtua

Faktor sikap dan karakter orangtua sangat berpengaruh. Orangtua yang mempunyai watak otoriter, berkuasa, tidak mempedulikan orang lain, akan cenderung mendisiplinkan anak dengan cara otoriter. Sedangkan orangtua yang mempunyai sikap lembut, ramah, akan mendisiplinkan anak secara permisif.

## 3. Latar belakang pendidikan dan status sosial ekonomi keluarga

Orangtua yang mengecap dirinya berpendidikan menengah ke atas dan memiliki status sosial ekonomi yang baik, dapat mengupayakan pembentukan disiplin yang baik. Penelitian Baumrind terhadap kualitas pendisiplinan anak dalam keluarga menemukan bahwa upaya pembentukan disiplin yang efektif ditemukan pada sekitar 58% keluarga berpendidikan menengah ke atas. Sebaliknya, keluarga yang berpendidikan dan berpenghasilan rendah, sekitar 67% mengupayakan disiplin secara acak tidak terarah.

## 4. Keutuhan dan keharmonisan keluarga

Keluarga yang cenderung tidak utuh dan tidak harmonis akan memberi pengaruh negatif terhadap pembentukan disiplin pada anak. Menurut Sikun Pribadi (Maria J. Wantah, 2005: 183), ketidakutuhan dan ketidakharmonisan keluarga akan mempengaruhi fungsi-fungsi orangtua dalam mendidik, membentuk, dan mengembangkan disiplin pada anak. Perceraian membawa dampak negatif terhadap pembentukan disiplin pada anak. Perilaku parental

yaitu perilaku orangtua dalam membimbing, mendidik, dan menanamkan disiplin pada anak. Sikun Pribadi (Maria J. Wantah, 2005: 184) mengemukakan beberapa tipe yang menghambat upaya pembentukan disiplin di rumah, yaitu tipe parental yang keras, acuh tak acuh, memanjakan anak, dan selalu khawatir terhadap anak. Tulus Tu'u (2004: 48-49) menjabarkan bahwa ada empat faktor dominan yang mempengaruhi dan membentuk disiplin anak yaitu:

- a) Kesadaran diri, sebagai pemahaman diri bahwa disiplin penting bagi kebaikan dan keberhasilan diri anak. Selain itu, kesadaran diri menjadi motif sangat kuat bagi terwujudnya disiplin. Disiplin yang terbentuk atas kesadaran diri akan kuat pengaruhnya dan akan lebih tahan lama dibandingkan dengan disiplin yang terbentuk karena unsur paksaan atau hukuman.
- b) Pengikutan dan ketaatan, sebagai langkah penerapan atas peraturan-peraturan yang mengatur perilaku individu anak. Hal ini sebagai kelanjutan dari adanya kesadaran diri yang dihasilkan oleh kemampuan dan kemauan diri yang kuat.
- c) Alat pendidikan, untuk mempengaruhi, mengubah, membina, dan membentuk perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai yang ditentukan atau diajarkan.
- d) Hukuman, akan menyadarkan, mengoreksi, dan meluruskan yang salah, sehingga anak kembali pada perilaku yang sesuai dengan harapan.
- e) Paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa disiplin anak dipengaruhi oleh faktor keluarga yaitu orangtua dan kesadaran diri anak. Orangtua dengan latar belakang pendidikan rendah dan status sosial ekonomi menengah ke bawah akan mendisiplinkan anak dengan cara yang tidak terarah. Sedangkan

orangtua dengan latar belakang pendidikan menengah ke atas dan status sosial ekonomi yang baik, akan mendisiplinkan anak dengan cara yang efektif. Latar belakang pendidikan, ekonomi, sosial, dan budaya orangtua sangat mempengaruhi perilaku disiplin anak. Selain itu, faktor dari luar berupa hadiah dan hukuman juga mempengaruhi disiplin anak.

### **2.1.1.3. Kedisiplinan Siswa di Sekolah**

Umi Marhamah (2012:7) dalam skripsinya mengatakan bahwa disiplin sekolah menjadi prasyarat terbentuknya lingkungan pendidikan yang kondusif bagi kegiatan dan proses pendidikan. Oleh karena itu, kepada kepala sekolah, guru dan orangtua perlu terlibat dan bertanggungjawab membangun disiplin siswa dan disiplin sekolah. Dengan keterlibatan dan tanggungjawab itu diharapkan para siswa berhasil dibina dan dibentuk menjadi individu – individu yang unggul dan sukses. Keunggulan dan kesuksesan itu terwujud sebab sekolah berhasil menciptakan lingkungan yang kondusif bagi kegiatan dan proses pendidikan. Siswa terpacu untuk mengoptimalkan potensi dan hasil dirinya.

Sujiono (2005:28) menyatakan bahwa disiplin adalah tata tertib atau peraturan yang harus dilakukan dalam kehidupan sehari-hari untuk melatih dan watak anggota yang ada dalam lembaga pendidikan. Melati (2012:77) menambahkan bahwa disiplin merupakan cara masyarakat mengajarkan anak berperilaku moral yang diterima oleh masyarakatnya. Dari definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa disiplin bagi siswa adalah penerapan tata tertib atau peraturan yang harus diikuti dalam kehidupan lingkungan sekolah untuk melatih dan mengajarkan siswa berperilaku moral sehingga dapat diterima di masyarakat.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan adalah suatu sikap, tingkah laku ataupun perbuatan yang sesuai dengan peraturan, baik yang tertulis maupun yang tidak tertulis. Adapun indikator disiplin yaitu taat kepada peraturan, peduli terhadap lingkungan, partisipasi dalam proses belajar mengajar dan patuh menjauhi larangan.

### **2.1.2. Kecerdasan Kinestetik**

Menurut C. George Boeree (2009:125), kecerdasan adalah kapasitas seseorang untuk memperoleh pengetahuan (yakni belajar dan memahami), mengaplikasikan pengetahuan (memecahkan masalah), dan melakukan penalaran abstrak. Menurut Howard Gardner (2003:24), kecerdasan kinestetik adalah kemampuan menyelesaikan masalah atau produk mode menggunakan seluruh badan seseorang atau sebagian badan.

Menurut James Bellanca (2011:3), kecerdasan kinestetik adalah kecerdasan seluruh tubuh. Kecerdasan ini memungkinkan kita mengontrol dan menginterpretasikan gerakan-gerakan tubuh, mengatur objek-objek fisik, dan membangun keseimbangan antara tubuh dan jiwa. May Lwin dkk (2003: 167), mengatakan kecerdasan kinestetik memungkinkan kita manusia membangun hubungan yang penting antara pikiran dan tubuh, dengan demikian memungkinkan tubuh untuk memanipulasi objek dan menciptakan gerakan.

Kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan seseorang untuk secara aktif menggunakan bagian-bagian atau seluruh tubuhnya untuk berkomunikasi dan memecahkan masalah. Kecerdasan kelincahan tubuh (Kinestetik), akan menunjukkan kemampuan anak di dalam aktivitas olah raga, atletik, menari, dan

kegiatan-kegiatan yang menumbuhkan kelincahan tubuh. Anak mempunyai kemampuan lebih tinggi dibandingkan dengan orang lain dalam kegiatan-kegiatan yang menuntut kelincahan tubuh seperti aktivitas olah raga, tari, senam, atau akrobatik (Safaria, 2005:22).

Sistem neurologis kecerdasan kinestetik berpusat pada sereblum (otak kecil), basal ganglia, dan motor korteks (Armstrong, 2003). Basal ganglia merupakan simpul syaraf atau pusat syaraf, yakni sejumlah massa zat abu-abu didalam subkulit otak dari belahan otak, yang sangat penting dalam koordinasi gerak-gerak, dan motor korteks merupakan motor area, yakni bagian dari kulit otak, yang kurang lebih tertutup oleh gyrus presental, dan dikenal sebagai daerah-4 Brodmann, yang bertanggung jawab terhadap pengantara bagi gerakan-gerakan otot yang sederhana dan terbatas (Chaplin, 2005).

Kinestetik atau gerak terjadi pada perubahan sikap tubuh atau bagian tubuh. Rasa sikap, rasa gerak dan rasa arah gerak berpusat dikorteks sensorik lobus parietalis. Dengan kata lain, lobus parietalis mengurus gerakan, rasa sikap, rasa gerakan dan arah gerakan otot-otot seluruh badan, termasuk mengurus otot wicara (Markam & Markam, 2003).

Otak kecil mengatur koordinasi otot dan derajat kontraksi tiap gerakan aktivitas otot-otot manusia yang berjumlah 300 buah. Gangguan pada serebelum atau otak kecil akan menyebabkan gerakan menjadi tidak teratur. Sementara itu, lobus frontalis juga berfungsi sebagai pusat gerakan, meliputi kekuatan, kecepatan, dan gerakan halus (Markam & Markam, 2003).

Stimulasi kecerdasan kinestetik terjadi pada saat bermain. Pada saat bermain itulah seseorang berusaha melatih koordinasi otot dan gerak. Stimulasi terjadi dalam wilayah-wilayah berikut: 1. Koordinasi mata-tangan dan mata-kaki, seperti menggambar, menulis, memanipulasi objek, menaksir secara visual, melempar, menendang, menangkap; 2. Keterampilan lokomotor, seperti berjalan, berlari, melompat, berbaris, meloncat, mencongklak, merayap, berguling, dan merangkak; 3. Keterampilan nonlokomotor, seperti, membungkuk, menjangkau, memutar tubuh, mmerentang, mengayun, berjongkok, duduk, berdiri; 4. Kemampuan mengontrol dan mengatur tubuh seperti menunjukkan kesadaran tubuh, kesadaran ruang, kesadaran ritmik, keseimbangan, kemampuan untuk mengambil start, kemampuan menghentikan gerak, dan mengubah arah (Catron & Allen, 1999).

Siswa yang cerdas dalam gerak kinestetik terlihat menonjol dalam kemampuan fisik (terlihat lebih kuat, lebih lincah) daripada anak-anak seusianya. Mereka cenderung suka bergerak, tidak bisa duduk diam berlama-lama, mengetuk-ngetuk sesuatu, suka menirukan gerak atau tingkah laku orang lain yang menarik perhatiannya, dan senang pada aktivitas yang mengandalkan kekuatan gerak seperti memanjat, berlari, melompat, berguling. Selain itu, siswa yang cerdas dalam gerak-kinestetik suka menyentuh barang-barang.

Siswa yang memiliki kecerdasan gerak-kinestetik memiliki koordinasi tubuh yang baik. Gerakan-gerakan mereka terlihat seimbang, luwes, dan cekatan. Mereka cepat menguasai tugas-tugas motoric halus seperti menggunting, melipat, menjahit, menempel, merajut, menyambung, mengecat dan menulis. Secara

artistic mereka mempunyai kemampuan menari dan menggerakkan tubuh mereka dengan luwes dan lentur. Mereka memerlukan kegiatan belajar yang bersifat kinestetik dan dinamis. Oleh karena itu proses pembelajaran yang menuntut konsentrasi anak dalam konteks pasif (duduk tenang di kelas) hendaklah dikurangi.

Richey menjelaskan bahwa komponen inti dari kecerdasan kinestetik adalah kemampuan-kemampuan fisik yang spesifik, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan dan kecepatan maupun kemampuan menerima atau merangsang dan hal yang berkaitan dengan sentuhan. Kemampuan ini juga merupakan kemampuan motorik halus, kepekaan sentuhan, daya tahan, dan refleks (Denok Dwi Anggraini, 2015:67).

Raymond Bernard Cattell (dalam Sarafina (2005:21) mengklasifikasikan kemampuan mental menjadi dua macam, yaitu *inteligensi fluid (gf)* dan *inteligensi crystallized (gc)*. *Inteligensi fluid* merupakan kemampuan yang berasal dari faktor bawaan biologis yang diperoleh sejak kelahirannya dan lepas dari pengaruh pendidikan dan pengalaman. Sedangkan *inteligensi crystallized* merupakan kemampuan yang merefleksikan adanya pengaruh pengalaman, pendidikan dan kebudayaan dalam diri seseorang, *inteligensi* ini akan meningkat kadarnya dalam diri seseorang seiring dengan bertambahnya pengetahuan, pengalaman dan keterampilan-keterampilan yang dimiliki oleh individu. Karakteristik dari *inteligensi fluid* cenderung tidak berubah setelah usia 14 atau 15 tahun, sedangkan *inteligensi crystallized* masih dapat terus berkembang sampai usia 30 – 40 tahun bahkan lebih.

Namun dewasa ini, teori kecerdasan yang menjadi acuan dalam mengembangkan potensi anak adalah teori kecerdasan Howard Gardner yang merumuskan inteligensi gandanya yang biasa disebut sebagai *Multiple Intelligence*. Gardner membagi kecerdasan manusia menjadi 9 kategori, yaitu:

- a. Kecerdasan Linguistik, ini merupakan kemampuan seseorang dalam menggunakan kata-kata, baik secara lisan maupun tulisan, untuk mengekspresikan ide-ide atau gagasan-gagasan yang dimilikinya. Kemampuan ini berkaitan dengan pengembangan bahasa secara umum.
- b. Kecerdasan matematis logis, merupakan kecerdasan yang berkaitan dengan kemampuan penggunaan bilangan dan logika secara efektif.
- c. Kecerdasan ruang, merupakan kemampuan untuk menangkap dunia ruang visual secara tepat. Yang termasuk dalam kecerdasan ini adalah kemampuan untuk mengenal bentuk benda secara tepat, melakukan perubahan bentuk benda dalam pikiran dan mengenali perubahan tersebut, menggambar suatu hal/benda dalam pikiran dan mengubahnya dalam bentuk nyata serta mengungkapkan data dalam suatu grafik.
- d. Kecerdasan kinestetik, merupakan kemampuan seseorang untuk secara aktif menggunakan bagian-bagian atau seluruh tubuhnya untuk berkomunikasi dan memecahkan masalah.
- e. Kecerdasan musikal, merupakan kemampuan untuk menembangkan, mengekspresikan dan menikmati bentuk-bentuk musik dan suara, peka terhadap ritme dan intonasi serta memiliki kemampuan memainkan alat musik atupu bernyanyi.

- f. Kecerdasan interpersonal merupakan kemampuan seseorang untuk mengerti dan menjadi peka terhadap perasaan, intensi, motivasi, watak dan tempramen orang lain.
- g. Kecerdasan intrapersonal merupakan kemampuan seseorang dalam memahami diri sendiri, mereka mempunyai kepekaan yang tinggi di dalam memahami suasana hatinya, emosi-emosi yang muncul di dalam dirinya dan menyadari perubahan yang terjadi pada dirinya.
- h. Kecerdasan naturalis merupakan kemampuan dalam memahami gejalagejala alam, memperlihatkan kesadaran ekologis dan menunjukkan kepekaan terhadap bentuk-bentuk alam.
- i. Kecerdasan eksistensial, merupakan kemampuan seseorang dalam menjawab persoalan-persoalan terdalam mengenai eksistensi manusia (Baharudin, 2012:147).

### **2.1.3.1. Tujuan dan Manfaat Pengembangan Kecerdasan Kinestetik**

Setiap kegiatan mempunyai tujuan tertentu demikian halnya dengan pengembangan kinestetik, menyatakan bahwa tujuan pengembangan kinestetik adalah: (1) Merangsang gerak motorik kasar, (2) Merangsang kemampuan menjaga keseimbangan, (3) Merangsang membuat gerakan-gerakan yang Luwes, (4) Merangsang keterampilan Motorik Halus (Fadlillah, 2014:12).

Kecerdasan ini amat penting karena bermanfaat untuk: (1) Meningkatkan kemampuan Psikomotorik, (2) Meningkatkan kemampuan sosial dan sportivitas, (3) membangun rasa percaya diri dan harga diri, (4) Meningkatkan kesehatan (Nini Subini, 2011). (5) Dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat, dan

terampil, (6) Meningkatkan kemampuan mengelola gerakan tubuh dan koordinasi (Trianto, 2011).

Perkembangan kinestetik anak mempunyai manfaat bagi perkembangan anak yang lain, yaitu bagi perkembangan fisiologis anak, perkembangan sosial emosional anak, dan perkembangan kognitifnya. Pentingnya perkembangan kinestetik bagi perkembangan fisiologisnya yaitu dengan bergerak atau berolahraga akan menjaga anak agar tidak mendapat masalah dengan jantungnya, dan juga dapat menstimulasi semua proses fisiologis anak seperti peningkatan sirkulasi darah dan pernafasannya. Adapun pentingnya perkembangan kinestetik bagi perkembangan sosial emosionalnya yaitu dengan kemampuan kinestetik yang baik maka anak akan mempunyai rasa percaya diri yang besar, dan lingkungan teman-temannya juga akan menerimakanak tersebut, sehingga anak akan mudah bersosial dengan temannya dengan rasa kepercayaan diri yang besar yang di miliknya (Veny Iswantiningtyas, dkk, 2015).

### **2.1.3.2. Ciri-Ciri Kecerdasan Kinestetik**

Menurut Gardner Mengidentifikasi Kecerdasan Kinestetik yang baik adalah : (1) Menjelajahi lingkungan dan sasaran melalui sentuhan dan gerakan, (2) Mengembangkan kerja sama dan rasa terhadap waktu, (3) Belajar lebih baik dengan langsung, terlibat dan berpartisipasi, (4) Menunjukkan keterampilan, (5) mendemonstrasikan keseimbangan, (6) Mempunyai kemampuan untuk memperbaiki segala sesuatu, (7) Mengerti dan hidup dalam standart kesehatan fisik, (8) Menciptakan bentuk-bentuk baru dalam kegiatan fisiknya. (Cambell, 2006:76). (9) Mampu mengontrol gerak tubuh, (10) Kemahiran mengolah objek,

respon, dan repleks, (11) Kecerdasan ini berkaitan dengan kemampuan motorik dan keseimbangan (Fadlillah, 2014:17).

### 2.1.3.3. Indikator Kecerdasan Kinestetik

Kecerdasan kinestetik memungkinkan manusia membangun hubungan yang penting antara pikiran atau tubuh, dengan demikian memungkinkan tubuh untuk memanipulasi objek dan menciptakan gerakan. Perkembangan kecerdasan kinestetik sangat bervariasi, tergantung pada komponen (kekuatan atau kelenturan) atau domain (gimnastik, bisbol, pantomime) (Armstrong, 2003).

Kecerdasan kinestetik atau kecerdasan olah tubuh merangsang kemampuan seseorang untuk mengolah tubuh secara ahli, atau untuk mengekspresikan gagasan dan emosi melalui gerakan. Ini termasuk kemampuan menangani suatu benda dengan cekatan dan membuat sesuatu. Pebasket, penari, koreografer, dan pantomim sangat membutuhkan kecerdasan olah tubuh ini (Schmidt, 2002).

Kemampuan yang muncul pada indikator kecerdasan kinestetik adalah sebagai berikut:

- a. Menganggap diri sebagai orang yang terkoordinasi. Mengikuti satu atau lebih kegiatan olahraga atau kegiatan fisik secara teratur. Mereka mungkin mengikuti atau menekuni sepak bola, bulu tangkis, berenang, senam, atletik, atau bela diri.
- b. Tidak betah duduk berlama-lama. Mereka memerlukan gerak, tidak dapat diam dalam waktu lama, dan bergerak bahkan ketika sedang duduk menyimak sesuatu.

- c. Menyukai pekerjaan yang melibatkan keterampilan tangan yang konkret. Mereka menikmati kegiatan yang bertumpu pada keterampilan motorik halus, seperti menjahit, merajut, memahat, bertukang atau merakit model. Pada siswa kegiatan seperti mencocok, menggambar, menyalin, kolase atau kegiatan motorik halus lainnya.
- d. Gagasan sering muncul ketika berkegiatan fisik. Mereka memiliki kepekaan berpikir ketika ada rangsang dari gerak tubuh. Pada saat berjalan, berjoging atau menari, tubuh mereka memberi sinyal kepada otak sehingga peka terhadap rangsang dari luar. Dari sinilah ide-ide muncul. Pada saat berbicara, mereka menggerak-gerakkan tangan.
- e. Senang menghabiskan waktu luang dengan beraktifitas di ruang terbuka. Mereka memilih kegiatan yang terkait dengan kinestetik (jalan-jalan, lari-lari) sebagai cara untuk mengisi waktu, terutama berjalan-jalan atau berlari-lari menghirup udara segar dan ruang terbuka.
- f. Sering menggunakan gerak tangan/bahasa tubuh ketika berbicara. Mereka mengisi kekosongan berbicara dan menguatkan ide berbicara dengan menggerakkan tangan. Gerakan tangan dan bagian tubuh membantu mereka menemukan ide-ide untuk terus berbicara.
- g. Cenderung menyentuh sesuatu untuk lebih mengenal sesuatu itu. Mereka memanfaatkan informasi dari indra seutuhnya dan mengintegrasikan dengan latar belakang pengetahuannya. Berbagai pengetahuan menjadi lebih lengkap dengan kecenderungan menyentuh ini. Oleh karena itu, mereka tidak puas hanya sekedar melihat objek, tapi menyentuhnya untuk meyakinkan hasil

pengamatan, menguji hipotesisnya, sekaligus memperoleh informasi dari sumber taktil (sentuhan).

- h. Menikmati kegiatan yang menantang bahaya yang menegangkan. Mereka tidak takut jatuh, tidak takut terluka. Mereka senang memanjat, berguling, meniti titian, dan aktivitas lain yang menantang dan menegangkan.
- i. Mereka memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan fisik. Mereka yakin dapat melakukan kegiatan fisik yang paling sulit sekalipun. Keyakinan tersebut membuat mereka dapat berani mencoba berbagai kegiatan motorik dan cenderung mengulangnya untuk mencapai kemampuan yang terbaik (Tadkiroatun Musfiroh, 2016).

Berdasarkan uraian di atas, maka indikator kecerdasan kinestetik siswa dapat dikelompokkan sebagai berikut.

Tabel 2.2. Indikator Kecerdasan Kinestetik Siswa

Variabel	Indikator Kecerdasan Kinestetik
Kecerdasan Kinestetik	Memiliki kelompok belajar
	Suka beraktivitas
	Suka keterampilan tangan
	Mencari ide dengan berolahraga
	Senang mengisi waktu luang
	Pandai berbicara dengan menggunakan bahasa tangan/tubuh
	Merasa puas bila menyentuh sesuatu untuk lebih mengenal
	Suka tantangan
	Keyakinan

Sumber : Tadkiroatun Musfiroh (2016)

Berdasarkan uraian di atas dapat dikatakan bahwa kecerdasan kinestetik siswa dapat merangsang kemampuan siswa dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar maupun motorik halus siswa. Siswa juga dapat mengekspresikan ide, gagasan dan emosi melalui gerakan dalam permainan futsal. Selain itu,

kecerdasan kinestetik dapat memanfaatkan waktu proses pembelajaran, dan dapat belajar lebih baik saat di sekolah karena aktif dan berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran dan mampu memiliki keterampilan. Adapun indikator tingkat kinestetik siswa yaitu: a) memiliki kelompok belajar, b) suka beraktivitas, c) suka keterampilan tangan, d) mencari ide dengan berolahraga, e) mencari ide dengan berolahraga, f) senang mengisi waktu luang, g) pandai berbicara dengan menggunakan bahasa tangan/tubuh, h) merasa puas bila menyentuh sesuatu untuk lebih mengenal, i) suka tantangan dan j) keyakinan.

### **2.1.3.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Kecerdasan Kinestetik**

Wiyani (2014:38-41) mengungkapkan bahwa terdapat lima faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasar (Kecerdasan Kinestetik) anak usia dini, yaitu :

#### **a. Makanan**

Pemberian makanan yang bergizi kepada anak usia dini oleh orang tua sangat penting sangat penting untuk memberikan energi kepada anak yang sangat aktif di usia dini. Pemberian gizi atau nutrisi yang cukup dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan organ-organ tubuh manusia.

#### **b. Pemberian Stimulus**

Pemberian stimulus seperti dengan mengajak anak bermain khususnya bermain yang melibatkan gerakan fisik anak usia dini juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik motorik anak. Contohnya seperti kegiatan berlari, melompat, merangkak, memanjat dan sebagainya.

c. Kesiapan Fisik

Kesiapan fisik kuncinya terletak pada kematangan fisik dan syaraf-syarafnya. Perkembangan fisik motorik tidak sematamata karena pemberian stimulus, tetapi juga melibatkan faktor kesiapan fisik anak itu sendiri.

d. Jenis Kelamin

Jenis kelamin juga tidak dapat diabaikan dalam perkembangan fisik motorik anak usia dini. Jika kita perhatikan dengan seksama, anak perempuan lebih suka melakukan aktivitas yang melibatkan keterampilan motorik halus, sedangkan anak laki-laki cenderung suka melakukan aktivitas yang melibatkan keterampilan motorik kasardan tentu saja itu dapat mempengaruhi perkembangan fisik motorik anak.

e. Budaya.

Budaya masyarakat kita yang patriarkhi juga sangat mempengaruhi perkembangan motorik anak usia dini. Pada masa anak usia dini faktor budaya yang menjadikan anak laki-laki harus bermain dengan anak laki-laki lainnya dengan melakukan kegiatan yang sesuai dengan budaya mereka, seperti bermain bola, mobil-mobilan. Sedangkan anak perempuan harus bermain dengan anak perempuan lainnya dan melakukan kegiatan seperti bermain boneka, masak-masakan.

Menurut Djaali (2012:74), menjelaskan bahwa intelegensi/kecerdasan (motorik kasar) antara orang satu dengan yang lainnya cenderung berbeda-beda. Hal ini karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhinya. Adapun faktor yang mempengaruhinya sebagai berikut:

- a. Faktor bawaan, dimana faktor ini ditentukan oleh faktor bawaan sejak lahir. Batas kesanggupan atau kecakapan seseorang dalam pemecahan masalah antara lain ditentukan oleh faktor bawaan.
- b. Faktor minat dan pembawaan yang khas, dimana minat mengarahkan kepada suatu tujuan dan merupakan dorongan bagi perbuatan itu. Dalam diri manusia terdapat dorongan atau motif yang mendorong manusia untuk berinteraksi dengan dunia luar, sehingga apa yang diminati oleh manusia dapat memberikan dorongan untuk berbuat lebih giat dan lebih baik.
- c. Faktor pembentukan, dimana pembentukan adalah segala keadaan di luar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan intelegensi. Faktor pembentukan disini dibedakan antara pembentukan sengaja seperti yang dilakukan di sekolah dan pembentukan tidak disengaja seperti pengaruh alam di sekitarnya.
- d. Faktor kematangan, dimana tiap organ dalam tubuh manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Setiap organ manusia baik fisik maupun psikis dapat dikatakan telah matang apabila dapat tumbuh dan berkembang hingga mencapai kesanggupan menjalankan fungsinya masing-masing. Kematangan disini sangat berhubungan dengan umur.
- e. Faktor kebebasan, yang berarti manusia dapat memilih metode tertentu dalam masalah yang dihadapi. Disamping kebebasan memilih metode juga memilih masalah yang sesuai dengan kebutuhannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kinestetik siswa yaitu: faktor makanan, pemberian

stimulus, kesiapan fisik, jenis kelamin, budaya, bawaan, minat dan pembawaan yang khas, pembentukan, kematangan dan kebebasan. Faktor tersebut dapat meningkatkan motorik kasar dan halus sebagai daya mendorong untuk dapat diterapkan siswa dalam kegiatan proses pembelajaran di sekolah.

#### 2.1.4. Permainan Futsal

Kata Futsal itu berasal dari kata FUTbol atau FUTEbol (dari bahasa spanyol atau Portugal yang berarti permainan sepakbola) dan SALon atau SALa (dari bahasa Prancis atau Spanyol yang berarti ruangan) Permainan Futsal adalah permainan bola dengan kecepatan. Kunci pokoknya adalah *ball feeling*. Artinya bagaimana menggunakan perasaan saat menyentuh bola dengan kaki. Penggunaan kaki memang harus tampil seperti penggunaan tangan, dengan begitu, bola dapat dimainkan dengan leluasa (Murhananto, 2006:4).

Futsal adalah salah satu olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat. Olahraga ini merupakan permainan yang tergolong berat, karena melibatkan seluruh anggota tubuh. Banyak yang berpendapat bahwa Futsal sama dengan sepakbola, hanya saja ukuran lapangan, ukuran bola, dan jumlah pemain dilapangan yang menjadi pembeda. Futsal tidak hanya dimainkan oleh kaum laki-laki saja melainkan kaum perempuan yang tidak kalah antusias memainkan olahraga ini. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim beranggotakan lima orang dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan, dengan manipulasi bola dan kaki (Kurniawan, 2011:104).

Futsal dipopulerkan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani. Saat itu, Juan Carlos Ceriani memperkenalkan pertandingan

sepakbola lima lawan lima untuk suatu kompetisi bagi remaja. Pertandingan itu dilakukan di lapangan basket. Pertandingan itu tidak memakai dinding pembatas, artinya ada kesempatan bola keluar lapangan dan terjadi tendangan ke dalam. Saat itu pertandingan dilakukan di dalam ruangan maupun di luar lapangan. Pertandingan internasional pertama diadakan pada tahun 1965. Paraguay menjuarai piala amerika selatan pertama. Enam perebutan piala Amerika Selatan berikutnya diselenggarakan hingga tahun 1979, dan itu semua gelaran juara disapu habis Brasil. Brasil meneruskan dominasinya dengan meraih piala pan amerika pertama tahun 1980 dan memenangkannya lagi pada perebutan berikutnya tahun 1984.

Karena lapangan lebih kecil, pemain harus bergerak lebih lincah. Bila tidak, gawang akan lebih cepat kebobolan. Lapangan yang kecil juga menyebabkan pemain selalu dekat dengan lawan, sehingga pemain Futsal harus cepat dan lincah bergerak. Pergerakan tanpa bola harus terus dilakukan karenanya kondisi fisik pemain Futsal harus prima. Selain kondisi fisik yang prima pemain Futsal harus menguasai teknik bermain Futsal dengan baik. Karakteristik bermain Futsal yang khas terutama pada ciri bermain yang menekankan pada peraturan ketat yang meminimalisir terjadinya body contact. Lapangan yang lebih kecil, tingkat tempo permainan yang cepat dan taktis, dengan waktu bermain lebih singkat mengharuskan para pemain bermain, bergerak lebih cepat, dan inten diantara pemain dalam merebut bola, mengumpan, atau berusaha mencetak gol. Futsal tidak hanya sebagai olahraga untuk membangun fisik prima. Futsal

merupakan permainan yang dapat membantu proses peningkatan kemampuan yang dimiliki terutama, taktik, strategi, dan mental.

Ditegaskan oleh Jhon D. Tenang (2008:16) bahwa: “Futsal ternyata sangat efektif menumbuhkembangkan kemampuan pemain pemula dengan mengasah keterampilan bermain bola di lapangan rumput”. Keterampilan menurut Mahendra (1998:146) adalah: “kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian yang maksimum dan pengeluaran energy dan waktu yang minimum”. Tujuan bermain Futsal adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha menggagalkan serangan lawan, untuk melindungi atau menjaga agar gawang tidak kemasukan dengan memanipulasi bola dengan kaki, dada, kepala, dan tangan (khusus penjaga gawang). Jadi tim yang mencetak jumlah gol paling banyak selama pertandingan adalah pemenang pertandingan (Aji Rasa Kurniawan, 2008:3).

#### **2.1.4.1. Permainan Futsal dengan Latihan *Circuit Training***

Latihan merupakan aktivitas agar menambah keterampilan berolahraga dengan memakai banyak alat-alat selaras dengan manfaat dan kebutuhan cabang olahraganya. Karakteristik permainan Futsal yaitu meliputi daya tahan kecepatan, daya tahan kekuatan, dan kelincahan dalam waktu lama. Latihan *circuit training* merupakan salah satu metode pengkondisian yang mulanya di pelopori Morgan dan Adamson tahun 1953 *University of Leeds* di Inggris. Setiap latihan di lakukan untuk sejumlah pengulangan tertentu atau untuk waktu yang di tetapkan sebelum pindah ke latihan berikutnya. Latihan terdiri dari enam sampai dengan sepuluh pos, atlet harus menyelesaikan latihan per latihan dalam satu rangkaian dengan di

pisahkan oleh waktu istirahat yang pendek. Jumlah circuit di lakukan selama sesi latihan dapat bervariasi dari dua sampai enam circuit atau rangkaian bergantung pada tingkat pelatihan (pemula, menengah, atau lanjut) periode masa pelatihan (persiapan atau kompetisi) dan tujuan latihan.

Menurut Venkatachalapathy (2015) Latihan *circuit* merupakan model latihan yang mengkombinasikan antara latihan kekuatan, power, kecepatan, dan latihan daya tahan anaerobic atau pun daya tahan aerobic. Latihan circuit dapat dikatakan dapat mempengaruhi kualitas stamina atlet dalam jangka pendek. Hal ini dikarenakan latihan circuit mencakup hampir semua komponen kondisi fisik yang dilakukan dengan tempo tinggi secara serempak dalam waktu yang relatif singkat.

Seperti yang dikatakan Sukadiyanto (2014) *circuit training* mempunyai pengaruh pada daya tahan kardiovaskuler, dan bisa menguatkan otot-otot pernafasan, hal tersebut memberi manfaat besar pada pemeliharaan kebugaran jantung dan paru-paru. Dalam memilih jenis beban latihan tiap pos sesuai pada aspek yang menjadi tujuan utama yang ingin dicapai. Petunjuk umum pelaksanaan latihan *circuit training* menurut Bompa (2015) yakni: Frekuensi pelatihan sebaiknya 3 kali perminggu, sirkuit dilakukan 2-3 tiap pos, 6-15 pos, beban latihan antara 40%-50% dari maksimal ulangan tunggal, jumlah repetisi tiap pos 75%-100% dari jumlah maksimal yang bisa di capai dari periode kerja, dan periode kerja 15-30 detik dan periode waktu istirahat 15-60 detik.

Keunggulan utama latihan *circuit training* dengan bola adalah melatih *feeling the ball* dengan bola dimana saat pertandingan berlangsung sangat

berguna. Latihan yang terbaik yaitu latihan yang menyerupai situasi pertandingan, dimana saat pertandingan Futsal berlangsung dengan ruang yang terbatas dan sempit, tentunya frekuensi *passing* sangatlah tinggi. Dimana dengan *circuit training* dengan bola mengkombinasikan latihan fisik dan *passing*. Di samping itu juga dengan adanya media alat yakni bola pada *circuit training* dengan bola bisa merangsang motorik atlet. Latihan bisa mengubah adaptasi beban dengan kemampuan tubuh dengan cara memberikan beban pada otot. Bila otot menerima beban dan stress sesuai kapasitas toleransinya, maka setelah itu akan terjadi adaptasi sehingga bisa menambah kemampuannya. Venkatachalapathy (2015) latihan yaitu berdasarkan ilmiah dan pedagogis yang tertata melalui efek yang terprogram dan sistematis untuk menyiapkan pada kompetisi olahraga.

Menurut Kumar (2013), bentuk latihan Circuit training sebelum permainan Futsal adalah:

#### 1. *Squat Trust*



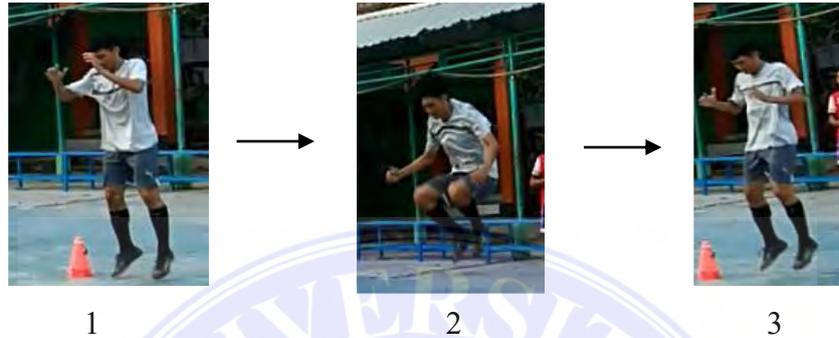
Gambar 2.1. Latihan *Squat Trust*

Langkah-langkah melakukan *squat trust* adalah sebagai berikut:

- a. Berdiri tegak dengan posisi kaki terbuka selebar bahu dan lengan berada di samping badan.
- b. Bungkukkan badan ke bawah dan posisikan kedua tangan di lantai sebelum melompat kembali ke posisi *push-up*.

- c. Lompat dengan cepat ke depan ke posisi terendah saat jongkok, lalu lompat kembali ke posisi awal.

## 2 *Hight Jump*



Gambar 2.2. Latihan *Hight Jump*

Berikut langkah-langkah melakukan *high jump*:

- a. Melakukan persiapan
- b. Melompat sampai lutut hampir menyentuh perut
- c. Mendarat dengan dua kaki

## 3. *Sit Up*

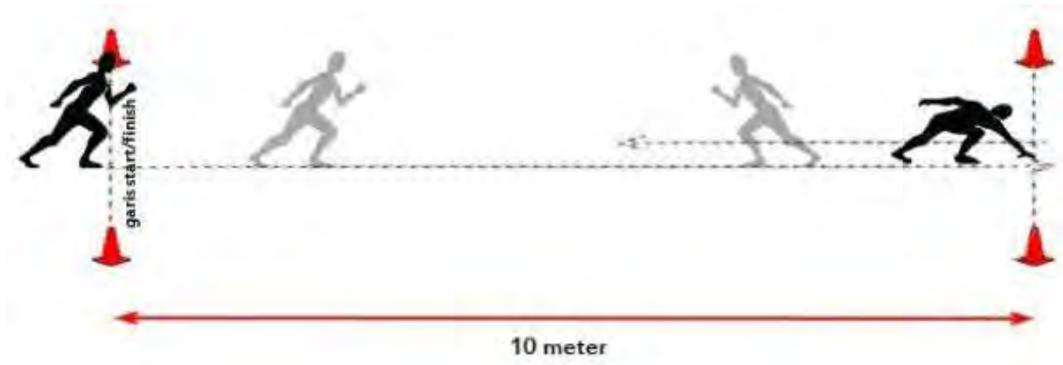


Gambar 2.3. Cara Melakukan *Sit Up*

Berikut langkah-langkah melakukan gerakan *sit up* yang benar:

- a. Berbaringlah telentang sambil menekuk kedua lutut.
- b. Sentuhkan ujung jari tangan di belakang telinga
- c. Bangunkan tubuh dari lantai lalu dekatkan dada ke paha.
- d. Turunkan lagi tubuh ke lantai ke posisi semula

#### 4. Shuttle Run



Gambar 2.4. Latihan *Shuttle Run*

Cara melakukan *Shuttle Run* adalah lari dari titik *start* sejauh 10 meter lalu balik ke titik semula dan diulangi sesuai kemampuan atau program latihan.

#### 2.1.4.2. Jumlah Pemain dan Peraturan Permainan Futsal

Permainan Futsal dilakukan oleh sedikitnya 10 orang siswa ditambah 1 wasit. Sedangkan peraturan yang ada dalam permainan Futsal adalah sebagai berikut:

- 1) Permainan setidaknya dilakukan oleh 10 (sepuluh) orang siswa
- 2) Jika selama pertandingan salah satu tim berhasil memasukan bola ke gawang lawan, maka tim tersebut mendapat skor 1, begitu seterusnya.
- 3) Dan jika selama pertandingan salah satu tim memasukkan bola ke gawang sendiri maka skor akan diberikan ke tim lawan.
- 4) Tim dengan jumlah skor tertinggi akan dinyatakan sebagai pemenang permainan.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikatakan bahwa permainan futsal melalui latihan *circuit* merupakan model latihan yang mengkombinasikan antara latihan kekuatan, power, kecepatan, dan latihan daya tahan tubuh. Keunggulan

utama latihan *circuit training* dengan bola adalah melatih *feeling the ball* dengan bola dimana saat pertandingan berlangsung sangat berguna. Adanya media alat yang digunakan yakni bola pada *circuit training* dengan bola bisa merangsang motorik kasar dan halus siswa sehingga bisa menambah kemampuan siswa dalam perbaikan bola. Latihan *circuit* terdiri dari: *squat trust, high jump, sit up, shuttle run*.

## 2.2. Kerangka Konseptual

### 2.2.1. Pengaruh Permainan Futsal terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa

Pemberian stimulasi pada fisik siswa sangat penting untuk dilakukan karena dapat meningkatkan otot-otot besar pada siswa. Perkembangan fisik siswa secara khusus berkaitan juga dengan kecerdasan jamak atau yang biasa disebut dengan *multiple intelligences* yang bertujuan untuk memecahkan masalah atau melakukan sesuatu yang ada nilainya dalam kehidupan dan perkembangan fisik itu sendiri termasuk dalam salah satu kecerdasan jamak yang ada yaitu kecerdasan kinestetik.

Permainan Futsal dapat meningkatkan perkembangan fisik siswa digolongkan ke dalam kecerdasan kinestetik karena kecerdasan kinestetik berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki siswa dalam menggunakan dan mengendalikan gerakan tubuh. Kecerdasan kinestetik tubuh mencakup kemampuan menyatukan tubuh dan pikiran dalam sebuah tampilan fisik yang sempurna. Salah satu upaya untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada siswa khususnya dalam hal keterampilan dapat dilakukan dengan kegiatan yang sangat menyenangkan seperti permainan Futsal. Sebelum permainan Futsal

terlebih dahulu melakukan circuit training lebih efektif meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa daripada menerapkan pemanasan biasa saja.

### **2.2.2. Pengaruh Kedisiplinan terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa**

Siswa memiliki disiplin dalam mengikuti peraturan sekolah tentunya terbiasa mengikuti berbagai kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Sikap disiplin tersebut akan terbawa dalam mengikuti berbagai kegiatan seperti dalam permainan Futsal. Apabila siswa menerapkan disiplin yang tinggi dalam setiap kegiatan di sekolah dapat meningkatkan kecerdasan kinestetiknya.

Siswa memiliki kecerdasan kinestetik lebih mudah bergaul karena pandai berbicara dengan menggunakan bahasa verbal dan non verbal, mengikuti berbagai kegiatan seperti kelompok belajar, pandai mengatur waktu, dan menyukai suatu tantangan terutama dalam hal aktivitas fisik di sekolah.

### **2.2.3. Pengaruh Interaksi antara Permainan Futsal dan Kedisiplinan terhadap Kecerdasan Kinestetik Siswa**

Kegiatan siswa berlari, menyepak bola, menggiring bola merupakan gerakan yang dilakukan oleh kedua kaki. Gerakan ini harus terkoordinasi antara kaki kanan dan kiri, antara tangan, kaki, mata dan seluruh anggota badan saat melakukan permainan ini. Kegiatan ini sangat disenangi oleh siswa di sekolah. Permainan yang menggunakan kaki untuk menendang, menggiring dan menyepak bola ini membuat siswa lebih terlatih menggunakan otot – otot kaki, tangan, dan seluruh anggota tubuhnya. Kesenangan siswa berlarian kesana kemari sangat didukung dengan permainan yang mengandalkan lari dalam permainannya. Kesenangan siswa berlarian ini akan lebih didukung dengan dilakukannya

permainan ini secara tim (bersama – sama) sehingga siswa benar-benar merasa lebih mengalami bermainnya.

Dalam permainan ini, siswa dituntut untuk mematuhi aturan yang ada agar bisa terus bermain (tidak batal), hal inilah yang dapat meningkatkan sikap disiplin pada siswa. Kegiatan yang dilakukan secara berkelompok ini dilakukan siswa dengan gembira namun harus tetap mematuhi peraturan yang ada. Itu sampai disitu saja, maka kedisiplinan siswa akan terbawa dalam proses belajar mengajar di lingkungan sekolah dan aktivitas kehidupan sehari-hari. Dengan bermain Futsal yang penuh dengan gerak dan menjunjung tinggi aturan-aturan bermain yang harus dipatuhi pemainnya maka kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik siswa akan dapat meningkat secara optimal dalam kegiatan proses belajar mengajar dan kepatuhan mengikuti peraturan di MAN 3 Medan.

### **2.3. Hipotesis**

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu:

1. Ada pengaruh permainan Futsal dengan latihan training dan pemanasan biasa terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
2. Ada pengaruh kedisiplinan yang tinggi dan rendah terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
3. Ada pengaruh interaksi antara permainan Futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.

### BAB III

#### PROSEDUR PENELITIAN

#### 3.1. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan penulis adalah metode eksperimen semu (Quasi Eksperimen). “Metode penelitian merupakan cara pemecahan masalah penelitian yang dilaksanakan secara terencana dan cermat dengan maksud mendapatkan fakta dan kesimpulan agar dapat memahami, menjelaskan, meramalkan dan mengendalikan keadaan (Syamsuddin dan Damayanti, 2011:14).

Metode ini dipilih karena kelas yang digunakan untuk perlakuan merupakan kelas yang sudah terbentuk sebelumnya dan karakteristik siswa yang dikontrol adalah kedisiplinan tinggi dan rendah. Variabel bebas adalah permainan Futsal, yang dibedakan atas circuit training dan pemanasan biasa. Kedisiplinan merupakan variabel moderator, yang dibedakan atas disiplin tinggi dan rendah. Kecerdasan kinestetik merupakan variabel terikat. Skor hasil kecerdasan kinestetik siswa diperoleh dari hasil penyebaran angket yang telah disiapkan.

Desain penelitian yang akan digunakan adalah desain faktorial 2x2.

Adapun desain penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3.1 Desain Penelitian

	Permainan Futsal	
	Circuit Training (C)	Pemanasan Biaya (P)
Kedisiplinan (K) Tinggi (K <sub>t</sub> )	C <sub>1</sub> K <sub>t</sub>	P <sub>1</sub> K <sub>t</sub>
Rendah (K <sub>r</sub> )	C <sub>2</sub> K <sub>r</sub>	P <sub>2</sub> K <sub>r</sub>

Keterangan:

- $C_1K_t$  = Kecerdasan kinestetik siswa yang diberikan latihan circuit training dalam permainan Futsal yang mempunyai kedisiplinan tinggi.
- $C_2K_r$  = Kecerdasan kinestetik siswa yang diberikan latihan circuit training dalam permainan Futsal yang mempunyai kedisiplinan rendah.
- $P_1K_t$  = Kecerdasan kinestetik siswa yang diberikan latihan pemanasan biasa dalam permainan Futsal yang mempunyai kedisiplinan tinggi.
- $P_2K_r$  = Kecerdasan kinestetik siswa yang diberikan latihan pemanasan biasa dalam permainan Futsal yang mempunyai kedisiplinan rendah.

Langkah-langkah perhitungan statistik desain faktorial adalah sebagai berikut:

1. Menetapkan dua buah variabel yang akan diteliti. Dalam penelitian ini permainan Futsal dan kedisiplinan.
2. Memvariasikan masing-masing variabel bebas. Dalam penelitian ini permainan Futsal menerapkan circuit training dan pemanasan biasa serta menentukan variabel kedisiplinan kategori tinggi dan rendah berdasarkan angket.
3. Membuat rumusan masalah dan hipotesis.
4. Melakukan perhitungan statistik uji-F dan interaksi. Dalam penelitian ini menggunakan SPSS.

## **3.2. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **3.2.1. Tempat Penelitian**

Tempat penelitian merupakan situasi, tempat, dimana penelitian dilaksanakan. Penelitian ini dilaksanakan di MAN 3 Kota Medan Jalan Pertahanan Patumbak Medan.

### **3.2.2. Waktu Penelitian**

Penelitian diselenggarakan bulan Desember 2019 sampai dengan Januari 2020.

## **3.3. Identifikasi Variabel**

Menurut Yatim Riyanto, variabel adalah gejala yang menjadi objek penelitian (dalam Musfiqon, 2012:45). Sedangkan menurut Sugiyono, variabel penelitian pada dasarnya segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011:60). Dari definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa variabel merupakan suatu objek yang akan diteliti sehingga dapat diketahui pengaruhnya pada subjek.

Terdapat 3 (tiga) variabel yaitu variabel independen, moderating dan variabel dependent. Variabel independent merupakan variabel yang sifatnya mempengaruhi, variabel moderating bersifat melemahkan atau perkuatan pengaruh variabel independen, sedangkan variabel dependent merupakan variabel yang dipengaruhi dan dalam penelitian dijadikan sebagai variabel independen kedua. Sehingga dalam penelitian ini yang menjadi variabel independent adalah

Permainan Futsal dan Kedisiplinan, sedangkan variabel yang akan dipengaruhi yaitu Kecerdasan Kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.

Variabel dalam penelitian terdiri dari variabel bebas, moderating dan terikat.

### 3.3.1. Variabel Bebas

Variabel bebas adalah Permainan Futsal dan Kedisiplinan.

### 3.3.2. Variabel Terikat

Variabel terikat terdiri dari Kecerdasan Kinestetik

## 3.4. Definisi Operasional

Untuk mempermudah peneliti dalam melakukan pengumpulan data, maka dirumuskan defisini operasional penelitian sebagai berikut.

1. Permainan Fustal adalah salah satu cabang olah raga yang diterapkan MAN 3 Kota Medan dalam proses pembelajaran ekstrakurikuler. Permainan Futsal dilakukan di lapangan sekolah dengan jumlah pemaian sebanyak 10 orang ditambah 1 orang wasit. Frekuensi permainan Futsal dijadwalkan setiap minggu dengan latihan *circuit training* menggunakan bola selama 20 menit dalam 1-2 sesi. Setiap pemaian diwajibkan menggunakan seragam dan peralatan lainnya untuk menghindari cedera saat pertandingan berlangsung.
2. Kedisiplinan adalah perilaku siswa dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan. Karakter kedisiplinan siswa diantaranya ketaatan terhadap peraturan, kepedulian terhadap lingkungan, partisipasi dalam proses belajar mengajar, dan kepatuhan menjauhi larangan. Dalam hal ini permainan Futsal

dalam salah satu cara yang dapat dilakukan dalam menanamkan sikap kedisiplinan siswa di sekolah.

3. Kecerdasan kinestetik adalah karakter siswa diantaranya memiliki kelompok belajar, suka beraktivitas, suka keterampilan tangan, mencari ide dengan berolahraga, senang mengisi waktu luang, pandai berbicara dengan menggunakan bahasa tangan/ tubuh, merasa puas bila menyentuh sesuatu untuk lebih mengenal, suka tantangan dan menyukai aktivitas fisik. Dalam hal ini permainan Futsal dalam salah satu cara yang dapat dilakukan dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa di sekolah.

### **3.5. Populasi dan Sampel**

#### **3.5.1. Populasi**

Dalam melakukan penelitian, seorang peneliti melakukan subjek yang akan diteliti, subjek tersebut berupa populasi dan sampel. Menurut Arikunto (2010:173), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Berdasarkan definisi tersebut, maka populasi merupakan keseluruhan dari objek yang akan diteliti. Dalam melakukan penelitian, seorang peneliti menentukan subjek yang akan diteliti, subjek tersebut merupakan populasi dan sampel. Populasi merupakan keseluruhan subjek dalam seluruh penelitian, sedangkan sampel adalah sebagian subjek yang diambil dari keseluruhan populasi dan mewakili populasi tersebut. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas XI memiliki group Futsal dan mengikuti ekstrakurikuler Futsal di MAN 3 Medan sebanyak 36 orang.

### 3.5.2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi dalam penelitian. Mengenai sampel Sugiyono (2011:81) menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 18 orang di Kelas XI MIA 1 dan XI MIA 2 (Kelompok training circuit), selanjutnya sebanyak 18 di Kelas XI MIA 4 dan XI MIA 5 (pemanasan biasa). Pemilihan kelas XI MI A ini karena mereka memiliki group Futsal dan tidak sedang mengikuti ujian nasional seperti Kelas XII. Peneliti tidak memiliki kelas XII karena mereka dalam proses mengikuti Less setiap hari untuk menghadapi ujian Nasional. Alasan peneliti tidak mengikutsertakan kelas X karena mereka belum memiliki group Futsal.

### 3.6. Teknik Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa agar diperoleh sampel yang benar-benar berfungsi sebagai contoh atau menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya. Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang penulis gunakan adalah metode *purposive sampling*. Mengenai *purposive sampling*, Sugiyono (2011:85) menjelaskan bahwa: teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Adapun karakteristik dari sampel tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Merupakan anggota Futsal SMAN 3 Kota Medan
- b. Pernah mengikuti pertandingan atau kompetisi Futsal
- c. Kehadiran dalam proses latihan.

### 3.7. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan inti dari setiap kegiatan penelitian. Data yang dikumpulkan oleh peneliti akan tergantung pada rumusan masalah dan hipotesis (Sugiyono, 2011:200). Teknik pengumpulan penelitian yang digunakan adalah:

#### 1. Metode Angket (Kuesioner)

Kuesioner (angket) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2011:142). Dalam penelitian ini terdapat instrument untuk mengungkap kedisiplinan berdasarkan dan kecerdasan kinestetik pendapat Borba

#### 2. Metode Observasi

Menurut Nasution (Sugiyono, 2011:310) mengatakan bahwa observasi adalah dasar utama semua ilmu pengetahuan. Menurut Marshall (Sugiyono, 2011:310) melalui observasi peneliti belajar tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut. Metode observasi ini digunakan untuk mengamati apakah siswa mengikuti latihan circuit training dengan sungguh-sungguh dan mengamati perilaku siswa dalam mengikuti proses pembelajaran dan kegiatan sehari-hari. Penulis juga mencari sumber informasi lainnya dengan berdiskusi dengan guru olahraga dan wali kelas tentang perilaku siswa berkaitan dengan kedisiplinan dan kecerdasan kinestetiknya. Kegiatan observasi juga dilakukan pada saat kegiatan latihan circuit training dan pertandingan Futsal.

### 3.7.1. Instrumen Penelitian

Pada sebuah penelitian harus ada alat ukur yang baik, karena pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran. Alat ukur dalam penelitian dinamakan instrumen penelitian. Sugiyono (2011, hlm. 148) menjelaskan bahwa Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam ataupun sosial yang diamati. Instrument angket kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik terdiri dari indikator, dan kisi-kisi pertanyaan yang disajikan dalam tabel berikut.

**Tabel 3.2 Indikator dan Kisi-kisi Variabel Kedisiplinan**

Variabel	Indikator	Kisi-kisi	Soal Item
Kedisiplinan Siswa	Ketaatan terhadap peraturan	1. Ketepatan jadwal masuk 2. Masuk ke kelas tepat waktu 3. Kelengkapan seragam sekolah 4. Kerapian pakaian	1-4
	Kepedulian terhadap lingkungan	1. Kelengkapan sarana proses belajar 2. Kelengkapan sarana ekstrakurikuler 3. Kebersihan ruangan 4. Kenyaman ruangan belajar	5-8
	Partisipasi dalam proses belajar mengajar	1. Absensi 2. Penyelesaian pekerjaan rumah tepat waktu 3. Kemampuan bertanya dan menjawab pertanyaan guru 4. Ketertiban dalam ruangan	9-12
	Kepatuhan menjauhi larangan	1. Mengingat teman yang melanggar peraturan 2. Berkata dengan sopan dan santun 3. Melaksanakan tugas piket dengan penuh tanggung jawab 4. Mambung sampah pada tempatnya	13-16

Instrumen kedisiplinan menggunakan skala Liker dengan bobot skor pada pernyataan positif yaitu Selalu (skor 5), Sering (skor 4), Kadang-kadang (skor 3), Jarang (skor 2) dan Tidak pernah (skor 1). Sebaliknya pada pernyataan negatif yaitu Selalu (skor 1), Sering (skor 2), Kadang-kadang (skor 3), Jarang (skor 4) dan Tidak pernah (skor 5).

Adapun instrumen kecerdasan kinestetik siswa dapat disajikan pada tabel berikut.

**Tabel 3.3 Indikator dan Kisi-kisi Variabel Kecerdasan Kinestetik**

Variabel	Indikator	Kisi-kisi	Soal Item
Kecerdasan Kinestetik	Memiliki kelompok belajar	1. Mengikuti satu atau lebih kegiatan olahraga 2. Mengikuti kelompok aktivitas fisik lainnya di sekolah 3. Memiliki kelompok belajar	1-3
	Suka beraktivitas	1. Tidak dapat diam dalam waktu lama 2. Bergerak ketika menyimak pelajaran 3. Berjalan lebih cepat dari temannya	4-6
	Suka keterampilan tangan	1. Mengepresikan diri dalam bermain Futsal 2. Mengepresikan diri mengikuti kegiatan menggambar, menyalin, merakit sesuatu 3. Suka kerajinan tangan	7-9
	Mencari ide dengan berolahraga	1. Muncul ide setelah beraktivitas fisik 2. Suka menggerakkan tangan saat berbicara 3. Mencari ide dengan beraktivitas fisik	10-12
	Senang mengisi waktu luang	1. Mengisi waktu luang dengan berolahraga 2. Memiliki aktivitas fisik di luar sekolah 3. Memiliki group selain bermain Futsal di sekolah	13-15
	Pandai berbicara dan menggunakan bahasa tubuh	1. Mudah bergaul 2. Mampu menggunakan bahasa isyarat 3. Pandai berbicara	16-18

	Indikator	Kisi-kisi	Soal Item
	Tidak mudah merasa puas	1. Tidak mudah percaya 2. Suka menyentuh sesuat bila ingin mengenal sesuatu 3. Suka mncari pembuktian dari suats hal	19-21
	Suka tantangan	1. Tidak takut jatuh 2. Tidak takut terluka 3. Menyengani aktivitas fisik menantang dan menegangkan	22-24
	Memiliki keyakinan	1. Ingin mencoba sesuatu yang baru 2. Ingin menjadi yang terbaik 3. Suka berinovasi	25-27

Instrumen kecerdasan kinestetik menggunakan skala Liker dengan bobot skor pada pernyataan positif yaitu Selalu (skor 5), Sering (skor 4), Kadang-kadang (skor 3), Jarang (skor 2) dan Tidak pernah (skor 1). Sebaliknya pada pernyataan negatif yaitu Selalu (skor 1), Sering (skor 2), Kadang-kadang (skor 3), Jarang (skor 4) dan Tidak pernah (skor 5).

### 3.7.2. Uji Validitas dan Reliabilitas

Setiap instrumen harus diukur validitas dan reabilitas datanya sehingga penelitian tersebut menghasilkan data yang valid dan reliable. Pengujian validitas butir soal yang dilakukan dalam penelitian adalah dengan mengkorelasikan skor butir dengan skor total. Pengolahan data dalam penelitian dilakukan secara manual. Kegiatan uji validitas butir soal dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat digunakan untuk mengukur apa yang diukur (Sugiyono, 2011: 267). Pengujian validitas alat pengumpul data menggunakan rumus korelasi *pearson product-moment*. Jika koefisien antara item dengan total item sama atau diatas  $r$  tabel maka item tersebut dinyatakan valid,

tetapi jika nilai korelasinya dibawah  $r$  tabel maka item tersebut dinyatakan tidak valid.

Reliabilitas instrumen merupakan penunjuk sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan instrumen tersebut dapat dipercaya. Reliabilitas intrumen ditunjukkan sebagai derajat keajegan (konsistensi) skor yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan instrumen yang sama dalam kondisi yang berbeda.

Pengujian reliabilitas alat pengumpul data menggunakan rumus *cronbac's alpha*. Apabila korelasi 0,7, maka dikatakan item tersebut memberikan tingkat reliabel yang cukup, sebaliknya apabila nilai korelasi dibawah 0,7, maka dikatakan item tersebut kurang reliabel.

### **3.8. Prosedur Penelitian**

Dalam penelitian diuraikan prosedur penelitian sebagai berikut:

#### **3.8.1. Tahap awal**

Peneliti melakukan pengurusan surat izin penelitian. Dalam hal ini peneliti harus mengurus izi di Program Studi Magester Psikologi Universitas Medan Area. Surat izin penelitian ini berfungsi untuk sebagai bukti bahwa bisa melakukan penelitian ditempat yang menjadi tempat penelitian yaitu di MAN 3 Kota Medan.

#### **3.8.2. Tahap pelaksanaan**

Langkah pertama yang harus dilakukan adalah menentukan kelompok eksperimen 1 dan 2 di Kelas XI MI A MAN 3 Kota Medan. Kemudian kedua kelompok eksperimen tersebut diberikan perlakuan yang berbeda, yaitu *circuit training* menggunakan bola dan menggunakan latihan biasa sebelum pertandingan Futsal.

Adapun urutan pelaksanaan penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

1. Memberikan angket kedisiplinan kepada kedua kelompok perlakuan yaitu kelas eksperimen yang diberikan latihan curcuit training dan kelas kontrol yang diberikan latihan pemanasan biasa. Angket ini diberikan untuk mengetahui siswa mana yang memiliki kedisiplinan tinggi dan yang memiliki kedisiplinan rendah.
2. Memberikan angket kecerdasan kinestetik untuk mendapatkan nilai pretes kepada kedua kelompok yaitu eksperimen dan kontrol.
3. Melakukan latihan sebelum permainan Futsal kepada kelompok eksperimen dan kontrol sebanyak lima kali pertemuan dengan perlakuan yang berbeda. Kelompok eksperimen diberikan circuit training dan kontrol diberikan latihan pemanasan biasa.
4. Memberikan angket kecerdasan kinestetik untuk mendapatkan nilai posttes kepada kedua kelompok yaitu eksperimen dan kontrol.
5. Menginput seluruh angket ke komputer dengan menggunakan Microsoft Office
6. Excel 2010, kemudian memindahkan data tersebut ke SPSS untuk diolah.

Sebelum melakukan analisis data lebih lanjut peneliti melakukan beberapa hal yang berhubungan dengan data yang diperoleh dari tempat penelitian. Diantara kegiatan yang dilakukan pada tahap analisis data meliputi: pemeriksaan kembali semua data yang telah dikumpulkan, memberikan skor terhadap subjek penelitian serta memberikan kode hasil ukur untuk memudahkan pengelolaan data dan

analisis data, membuat tabulasi data hasil penskoran dan melakukan pengujian analisis dengan analisis varian (ANOVA) dua jalur menggunakan program SPSS.

### 3.8.3. Tahap pelaporan

Tahap ini merupakan tahap penulisan laporan atau tahap akhir dari serangkaian dari beberapa prosedur penelitian. Dalam tahap pelaporan peneliti melakukan penyusunan laporan penelitian secara sistematis dengan data yang didapat dari responden.

## 3.9. Teknik Analisis Data

Pada analisis data penelitian ini yang akan digunakan adalah analisis secara deskriptif dan inferensial. Secara deskriptif data penelitian dinyatakan dengan mendistribusikan data baik pretes-posttes kedua kelompok tersebut ke dalam program SPSS pada kolom *descriptive*. Dari proses tersebut maka akan menghasilkan tabel output berupa deskriptif data, tabel frekuensi dan juga gambar *chart* tiap-tiap kelompok. Secara inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian, dimana teknik inferensial yang akan digunakan adalah teknik ANOVA dua jalur (desain faktorial 2 x 2) dengan taraf signifikan 0,05. Sebelum ANOVA dua jalur dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan homogenitas.

### 3.9.1. Uji Normalitas Data

Uji normalitas dimaksudkan untuk menentukan normal tidaknya distribusi data penelitian, artinya apakah penyebarannya dalam populasi bersifat normal. Uji normalitas menggunakan SPSS dengan uji Kolmogorov-Smirnov. Data dikatakan berdistribusi normal apabila  $Asymp.sig(2-tailed) > taraf\ signifikan\ 0,05$ .

a. Nilai Sig. atau probabilitas  $> 0,05$  maka sampel berdistribusi normal.

- b. Nilai Sig. atau probabilitas  $< 0,05$  maka sampel berdistribusi normal.

Kriteria pengujiannya juga dapat ditentukan yaitu:

- a. Nilai  $L_{hitung} < L_{tabel}$  maka sampel berdistribusi normal.  
 b. Nilai  $L_{hitung} > L_{tabel}$  maka sampel tidak berdistribusi normal.

### 3.9.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah penyebaran data dalam populasi bersifat homogen. Uji homogenitas dilakukan dengan uji Levene's menggunakan SPSS data bersifat homogen apabila *Asymp.sig(2-tailed) > taraf signifikansi 0,05*.

- a. Nilai Sig. atau probabilitas  $> 0,05$  maka sampel homogen  
 b. Nilai Sig. atau probabilitas  $< 0,05$  maka sampel homogen

### 3.9.3 Uji Hipotesis

Setelah data penelitian memenuhi syarat uji hipotesis yaitu normal dan homogen. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis penelitian. Kriteria pengujian/ pengambilan keputusan menggunakan SPSS yaitu sebagai berikut:

1. Jika nilai probabilitas  $> 0.05$ , H01 diterima.  
 Jika nilai probabilitas  $< 0.05$ , H01 ditolak.
2. Jika nilai probabilitas  $> 0.05$ , H02 diterima.  
 Jika nilai probabilitas  $< 0.05$ , H02 ditolak.
3. Jika nilai probabilitas  $> 0.05$ , H0 diterima.  
 Jika nilai probabilitas  $< 0.05$ , H0 ditolak.

Keterangan:

H<sub>01</sub> : Tidak ada pengaruh permainan Futsal dengan latihan training dan pemanasan biasa terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.

- H<sub>a1</sub> : Ada pengaruh permainan Futsal dengan latihan training dan pemanasan biasa terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
- H<sub>02</sub> : Tidak ada pengaruh kedisiplinan yang tinggi dan rendah terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
- H<sub>a2</sub> : Ada pengaruh kedisiplinan yang tinggi dan rendah terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
- H<sub>03</sub> : Tidak ada interaksi antara permainan Futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.
- H<sub>a3</sub> : Ada interaksi antara permainan Futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa di MAN 3 Kota Medan.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan.

1. Permainan Futsal menggunakan latihan circuit training berpengaruh terhadap kecerdasan kinestetik siswa dalam beraktivitas sehari-hari di sekolah, di mana setelah pertemuan 4 dan 5 mengalami peningkatan rerata lebih besar dari pada kelompok tanpa latihan circuit training.
2. Siswa memiliki kedisiplinan tinggi disertai aktif mengikuti latihan circuit training pada permainan Futsal berpengaruh terhadap kecerdasan kinestetik siswa dalam beraktivitas sehari-hari di sekolah.
3. Hasil analisis uji statistik terdapat pengaruh interaksi permainan Futsal dan kedisiplinan terhadap kecerdasan kinestetik siswa setelah pertemuan keempat dan kelima dengan nilai  $p < 0,05$ .

#### 3.2. Saran

1. Kepada peneliti lain disarankan agar dapat melakukan penelitian dengan menggunakan latihan olahraga lainnya untuk meningkatkan kedisiplinan dan kecerdasan kinestetik.
2. Bagi guru sekolah, dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik siswa melalui peningkatan kedisiplinan tentang peraturan sekolah dan proses belajar mengajar.

3. Bagi kepala sekolah diharapkan dapat mensosialisasikan dan mendorong mengimplementasikan permainan *circuit training* sebelum kegiatan olahraga di sekolah khususnya guru olahraga.



## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D.D. (2015). *Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Bermain Sirkuit dengan Bola (Penelitian Tindakan di Kelompok A TK Al Muhajirin Malang Jawa Timur*. Jurnal PG- - PAUD Trunojoyo, Vol 2, No 1.
- Anggritasari, D. (2017). *Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Pola Asuh Orang Tua terhadap Kedisiplinan pada Peraturan Sekolah pada Siswa Kelas X di SMA N I Minggir*. Skripsi. Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2010). *Penelitian Tindakan*. Yogyakarta : Aditya Media.
- Armstrong, Thomas. (2003). *Sekolah Para Juara*. Bandung :Kaifa
- Azzet, A. M. (2011). *Urgensi Pendidikan Karakter di Indonesia: Revitalisasi Pendidikan Karakter terhadap Keberhasilan Belajar dan Kemajuan Bangsa*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Baharudin dan Esa Nur Wahyuni. (2012). *Teori Belajar Dan Pembelajaran*. Jakarta:Ar – Ruzz Media.
- Bellanca, James. (2011). *200+ Strategi dan Proyek Pembelajaran Aktif Untuk Melibatkan Kecerdasan Siswa*. Edisi Kedua. Jakarta: PT. Indeks.
- Bistak, Sirait, (2008). <http://oreniffmilano.wordpress.com/2009/04/03/pengaruh-disiplinbelajar-lingkungan-keluarga-sekolah-terhadap-prestasi-belajar-siswa>.
- Boeree, C. George. (2009). *Personality Theory: A Biosocial Approach*. Philosophy Departemen. Shippersburg University.
- Bompa, (2015). *Periodization Training for Sports*. Unitted States: Human Kinetics.
- Cambell, L., dkk, (2006). *Metode Praktis Pembelajaran Berbasis Multiple Intelligences*, Jakarta: Intuisi Press.
- Catron, C.E. & Allen, J. (1999). *Early Childhood Curriculum a Creative-Play Model*. Ohio: Prentice Hall.
- Chaplin. J.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Cetakan Keenam. Penerjemah. : Kartiko, K. Jakarta: PT. Raja Grafika Persada.

- Departemen Pendidikan Indonesia (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Djaali. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Dolet, Unaradjan. (2003). *Manajemen Disiplin*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Elizabeth, Hurluck B. (1997). *Perkembangan Anak*. Jilid 1, Jakarta : Erlangga
- Fadlillah, M. (2014). *Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: Prenadamedia Group.
- Fakhrudin, Umar, Asef. (2010). *Sukses Menjadi Guru TK-PAUD*. Jogjakarta: Benin.
- Gardner, Howard. (2003). *Multiple Intelligences*, (terjemahan) Batam: Interaksara.
- Ghozali, Imam. (2007). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gordon, T. (1996). *Mengajar Anak Berdisiplin Diri di Rumah dan di Sekolah*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Grafura, Lubis. Ari Wijayanti. (2011). *100 Masalah Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunawan. (2012). *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi*. Bandung: Alfabeta
- Ibrahim, Rusli dan Komarudin. (2007). *Psikologi Kepeleatihan*. Bandung: FPOK UPI.
- Iswantiningtyas, V., Wijaya, I.P. (2015). *Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor*, Jurnal Pinus Vol. 1. No.3. Issn 2442-9163.
- Kumar, V. (2016). Effect of *Circuit Training Program on Selected Motor Abilities Among University Male*. *International Jurnal Of Physical Education, Sport And Health*. 3 (4), 255-257
- Kurniawan, 2011
- Mahendra dan Ma'mun. (1998). *TBM Motorik*. Bandung: FPOK IKIP.
- Marhamah, Umi. (2012). *Upaya Pembinaan Kedisiplinan Anak Usia Dini melalui Teknik Bercerita Kelompok B di BA Aisyayah Pacitan Kecamatan*

- Kemangkon Kabupaten Purbalingga*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Purwokerta.
- Maria J Wantah. (2005). *Pengembangan Disiplin dan Pembentukan Moral Pada Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Markam, Suprpti Sumarmo. (2003). *Pengantar Psikologi Klinis*. Jakarta: Universitas Indonesia - Press
- May, Lwin, dkk, (2005). *Cara membangkitkan Berbagai Komponen Kecerdasan*. Jakarta : Gramedia
- Melati, Risang, (2012), *Kiat Sukses Menjadi Guru PAUD Yang Disukai Anak-Anak*. Jogjakarta: Araska.
- Mulyasa. (2013). *Manajemen Pendidikan Karakter*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Murhananto. (2006). *Dasar-Dasar Permainan Futsal*. Depok : Kawan Pustaka
- Musfiroh, Tadkiroatun, (2016), *Cerdas Melalui Bermain*, Yogyakarta.
- Musfiroh, Tadkiroatun. (2008). *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Musfiroh, Tadkiroatun. (2016). *Materi Pokok Pengembangan Kecerdasan Majemuk*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Novan, Ardy, Wiyani . (2014). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Gava Media.
- Nursetya, Sikha Basti. (2013). *Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas X Smanegeri 1 Wates Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjasorkes Melalui Reinforcement (Penguatan)*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Putri, Destia, Andita, Purnama. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Kedisiplinan di Sekolah pada Siswa Kelas V SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. Edisi 5 Tahun ke-8.
- Rochman, dkk. (2011). *Pendidikan Jasmani Untuk Sekolah Dasar*. Jakarta: Erlangga.
- Safaria, T. (2005). *Interpersonal Intelligence: Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*, Yogyakarta: Asmara Books.
- Santoso, Singgih. (2014). *Statistik Multivariat Edisi Revisi*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

- Schmidt, Richard. (2002). *Longman Dictionary of Language Teaching and Applied*. Third Edition. New York: Pearson Education Limited.
- Siswanto, Igea dan Lestari, Sri. (2012). *Panduan bagi Guru dan Orang Tua: Pembelajaran Atraktif dan 100 Permainan Kreatif*. Yogyakarta: Andi.
- Srinivasa (2011) *Effect Circuit training on Speed, Power and Cardiovasculer Endurance Among Secondary School Hockey Players*
- Subini, Nini. (2011). *Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak*. Yogyakarta: Javalitera.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Sujiono, N, Y. (2005). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.
- Sukadiyanto. (2014). *Pengantar Teori Dan Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukmawatik Mardiana, Putri. (2012). *Peningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Futsal Modifikasi*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Syamsuddin dan Damayanti. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan Bahasa*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Tenang, J. D. (2008). *Mahir Bermain Futsal*. Bandung: PT Mizan Bunaya Kretiva.
- Trianto. (2011). *Desain Pengembangan Pembelajaran Tematik*, Jakarta: Kencana.
- Tulus, Tu'u. (2004). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar*. Jakarta: Grasindo.
- Unaradjan, D. (2003). *Manajemen Disiplin*. Jakarta: PT.Gramedia Widiasarana.
- Undang-Undang RI No 2 tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional Dan Penjelasannya.
- Venkatachalapathy R. (2015). Effect Circuit Training Programme on Speed and Agility. *International Journal of Recent Research and Aplied Studies*. 2 (2), 71-72.

- Yudha, Bayu, Asmara, Yudha. (2014). Dampak Ekstrakurikuler Futsal Terhadap Perilaku Disiplin Siswa. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Zaman, Saeful & Helmi, R. Dyan. (2009). *12 Permainan Untuk Meningkatkan Inteligensi Anak*. Jakarta: Visimedia.



Lampiran 1

HASIL DOKUMENTASI



Gambar. Siswa bermain Futsal setelah melaksanakan Curcuti Training

### Latihan Training Circuit

#### 1. *Squat Trust*



Gambar 2.1. Latihan *Squat Trust*

#### 2. *Hight Jump*



Gambar Latihan *Hight Jump*

#### 3. *Sit Up*



Gambar Cara Melakukan *Sit Up*

#### 4. *Shuttle Run*



Gambar. Latihan *Shuttle Run*

**DAFTAR CHEKLIST**

No	Pernyataan	Checlist	
		Ya	Tidak
	<b>Kedisiplinan</b>		
1	Ketetapan waktu masuk sekolah		
2	Ketetapan waktu pulang sekolah		
3	Absensi siswa		
4	Kerapian berpakaian		
5	Aktif Piket Sekolah		
6	Penyelesaian pekerjaan rumah tepat waktu		
7	Berbicara dengan sopan dan santun		
	<b>Kecerdasan Kinestetik</b>		
8	Kebiasaan duduk dibangku sekolah		
9	Memiliki group selain Futsal di sekolah		
10	Pandai berbicara dengan menggerakkan tangan		
11	Mengisi waktu luang memilih aktivitas fisik		
12	Kebiasaan sewaktu menyimak pelajaran		
13	Berinovasi dalam permainan futsal seperti pandai menggiring bola		

## ANGKET

Inisial : \_\_\_\_\_

Umur : \_\_\_\_\_

Kelas : \_\_\_\_\_

### Petunjuk Pengisian Angket

1. Bacalah pernyataan-pernyataan berikut ini dengan cermat sebelum anda menjawabnya.
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan hati nurani anda, yaitu :
  - S : Selalu
  - SR : Sering
  - J : Jarang
  - KD : Kadang-Kadang
  - TP : Tidak Pernah
3. Anda tidak perlu ragu-ragu dengan jawaban anda, karena kerahasiannya dijamin oleh penulis.
4. Jawaban anda tidak akan mempengaruhi nilai dalam raport.

### ANGKET KEDISIPLINAN SISWA

No	Pernyataan	Jawaban				
		S	SR	J	K D	T P
	<b>Ketaatan terhadap peraturan</b>					
1	Siswa masuk sekolah tepat waktu					
2	Siswa masuk ke ruang kelas tepat waktu					
3	Siswa memakai seragam lengkap sekolah					
4	Siswa berpakaian dengan rapi					
	<b>Kepedulian terhadap lingkungan</b>					
5	Siswa merasa fasilitas olahraga lengkap di sekolah					
6	Siswa merasa fasilitas ekstrakurikuler futsal lengkap					
7	Siswa memiliki ruang kelas yang bersih					
8	Siswa memiliki ruang belajar yang nyaman tidak terdengar suara bising atau suara dari kelas lainnya					

	<b>Partisipasi dalam proses belajar mengajar</b>				
9	Siswa rutin masuk sekolah				
10	Siswa penyerahan pekerjaan rumah tepat waktu				
11	Siswa bertanya dan menjawab pertanyaan guru				
12	Siswa memiliki ruang kelas yang tidak ribut sewaktu guru tidak ada				
	<b>Kepatuhan menjauhi larangan</b>				
13	Siswa mengingat teman yang melanggar peraturan sekolah				
14	Siswa menggunakan kata sopan dan santun				
15	Siswa melaksanakan tugas piket dengan penuh tanggung jawab				
16	Siswa membuang sampah pada tempatnya				

#### ANGKET KECERDASAN KINESTETIK SISWA

No	Pernyataan	Jawaban				
		S	SR	J	K D	T P
	<b>Ketaatan terhadap peraturan</b>					
1	Siswa senang mengikuti kegiatan olahraga satu atau lebih di dalam sekolah					
2	Siswa mengikuti kelompok aktivitas fisik selain permainan Futsal di sekolah					
3	Siswa memiliki kelompok belajar di sekolah					
	<b>Suka Beraktivitas Fisik</b>					
4	Siswa memiliki kebiasaan duduk diam berlama-lama dibangku sekolah					
5	Siswa sedang menyimak pelajaran menggerakkan anggota tubuhnya					
6	Siswa berjalan lebih cepat dari temannya					
	<b>Suka keterampilan tangan</b>					
7	Siswa senang mengepresikan diri dalam bermain futsal					
8	Siswa suka mengepresikan diri mengikuti kegiatan menggambar, menyalin, merakit sesuatu					
9	Siswa suka kerajinan tangan					
	<b>Mencari Ide dengan berolahraga</b>					
10	Siswa menemukan ide setelah beraktivitas fisik seperti setelah bermain olahraga					
11	Siswa menggerakkan tangan saat berbicara					
12	Siswa mencari ide setelah melakukan					

	aktivitas fisik seperti setelah bermain futsal atau kegiatan fisik lainnya				
	<b>Senang mengisi waktu luang</b>				
13	Siswa mengisi waktu luang dengan memilih aktivitas fisik seperti bermain Futsal atau bola volly atau basket				
14	Siswa memiliki aktivitas fisik seperti jogging atau lari pagi hari waktu libur				
15	Siswa memiliki group selain futsal di sekolah				
	<b>Pandai berbicara dan menggunakan bahasa tubuh</b>				
16	Siswa mudah bergaul dengan teman sebaya				
17	Siswa mampu menggunakan isyarat dalam berbicara				
18	Siswa mudah menyampaikan materi percakapan dengan temannya				
	<b>Tidak Mudah merasa puas</b>				
19	Siswa tidak mudah percaya jika belum pernah didengar atau dilihatnya				
20	Siswa suka menyentuh sesuatu bila ingin mengenal suatu benda				
21	Siswa suka mencari pembuktian kebenaran bila temannya menceritakan sesuatu hal				
	<b>Suka tantangan</b>				
22	Siswa tidak takut jatuh dalam permainan futsal				
23	Siswa tidak takut terluka dalam permainan futsal				
24	Siswa menyenangi aktivitas fisik lain yang menantang dan menegangkan seperti panjat tebing atau lainnya				
	<b>Memiliki keyakinan kuat</b>				
25	Siswa senang mencoba sesuatu gerakan yang baru dalam permainan futsal				
26	Siswa ingin menjadi yang terbaik dalam permainan futsal				
27	Siswa suka berinovasi dalam permainan futsal				