

PENERAPAN KARATE DALAM SIKAP DISIPILIN DAN BERTANGGUNG JAWAB ANAK SEKOLAH DASAR

Siti Zulfika¹, Erna Zumrotun²

^{1, 2}Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara, Jl. Taman Siswa, Jepara, Jawa Tengah, Indonesia
Email: szulfika246@gmail.com

Article History

Received: 26-09-2024

Revision: 07-10-2024

Accepted: 10-10-2024

Published: 12-10-2024

Abstract. This study aims to explore the application of karate martial arts to the development of discipline and responsibility in elementary school children. Using qualitative research methods, the study involved participant observation, in-depth interviews with teachers, karate coaches, and parents, and analysis of documentation related to the application of karate. The results showed that participation in regular karate training contributed positively to the improvement of students' discipline and sense of responsibility. The discipline taught through training in karate helps children understand the importance of rules and consistency. In addition, the responsibility instilled through the cultivation of attitudes demonstrated in karate training strengthens their ability to take responsibility for their own actions. The implications of these findings suggest that karate can be an effective tool in the character education of primary school children, with the potential to enhance life skills that are important for their future development.

Keywords: Karate, Discipline, Responsibility

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan seni bela diri karate terhadap perkembangan sikap disiplin dan tanggung jawab pada anak sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, studi ini melibatkan observasi wawancara mendalam dengan guru, pelatih karate, serta orang tua, dan analisis dokumentasi terkait penerapan karate. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi dalam latihan karate secara rutin memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kedisiplinan dan rasa tanggung jawab siswa. Disiplin yang diajarkan melalui latihan dalam karate membantu anak-anak memahami pentingnya aturan dan konsistensi. Selain itu, tanggung jawab yang ditanamkan melalui penanaman sikap sikap yang ditunjukkan dalam latihan karate memperkuat kemampuan mereka untuk bertanggung jawab atas tindakan mereka sendiri. Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa karate dapat menjadi alat yang efektif dalam pendidikan karakter anak sekolah dasar, dengan potensi untuk meningkatkan keterampilan hidup yang penting bagi perkembangan mereka di masa depan.

Kata Kunci: Karate, Disiplin, Tanggung Jawab

How to Cite: Zulfika, S & Zumrotun, E. (2024). Penerapan Karate dalam Sikap Disiplin dan Bertanggung Jawab Anak Sekolah Dasar. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5 (5), 6071-6076. <http://doi.org/10.54373/imeij.v5i5.1901>

PENDAHULUAN

Pendidikan formal pada dasarnya merupakan perluasan dari pendidikan keluarga. Pendidikan dalam konteks ini merupakan proses sosialisasi secara berkelanjutan dengan tujuan mengantarkan anak sekolah dasar agar mempunyai beberapa karakter salah satunya adalah sikap disiplin dan bertanggung jawab. Pendidikan tidak hanya terbatas pada apa yang diajarkan

di dalam kelas dan di sekolah. Dengan adanya aktivitas di luar sekolah, diharapkan anak-anak sekolah dasar dapat mengembangkan bakat dan minat di bidang beladiri karate. Aktivitas diluar sekolah juga dapat menjadi salah satu sarana pendidikan, seperti seni beladiri karate yaitu di Dojo (tempat latihan) karate, yang juga memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan keterampilan anak sekolah dasar. Dalam era modern ini tantangan yang dihadapi oleh anak-anak di sekolah dasar semakin kompleks. Salah satu tantangan terbesar adalah meningkatkan sikap disiplin dan tanggung jawab anak. Dalam konteks ini karate sebuah seni bela diri tradisional dari Jepang, dapat menjadi solusi yang efektif untuk menerapkan sikap disiplin dan tanggung jawab anak sekolah dasar. Dojo (tempat latihan) menerapkan sikap disiplin dan bertanggung jawab dalam menjalankan program atau jadwal latihan yang dibuat oleh pelatih supaya anak-anak bisa datang tepat waktu sesuai jadwal yang telah ditentukan.

Karate sebagai salah satu bentuk bela diri yang telah dikenal luas tidak hanya sebagai alat pertahanan diri, tetapi juga sebagai metode untuk melatih disiplin dan tanggung jawab. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Qonita, 2013) bahwa karate adalah olahraga bela diri menggunakan tangan kosong dan kaki untuk menjatuhkan lawan atau musuh. Selain mengajarkan beladiri tangan kosong, karate juga dapat melatih anak-anak untuk memiliki karakter disiplin dan tanggung jawab. Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana penerapan karate di Dojo (tempat latihan) dapat berkontribusi terhadap peningkatan disiplin dan tanggung jawab anak sekolah dasar. Kedisiplinan dan tanggung jawab ini dapat dibentuk melalui berbagai kegiatan karate baik latihan fisik, etika maupun nilai-nilai filosofis yang ada dalam beladiri karate.

Karate merupakan jenis olahraga yang tegas, tidak heran jika didalamnya terdapat nilai-nilai filosofi yang patut kita cermati bersama seperti tata krama dan budi pekerti luhur. Hal ini disebutkan dalam sumpah karate Indonesia, yaitu sanggup memelihara kepribadian, sanggup patuh pada kejujuran, sanggup mempertinggi prestasi, sanggup menjaga sopan santun dan sanggup menguasai diri (Nastiti, 2008). Rangkaian kegiatan karate meliputi: berbaris dengan rapi, mengucapkan salam karate, mengucapkan sumpah karate, berdoa, pemanasan, kegiatan latihan inti, pendinginan, berdoa, mengucapkan sumpah karate dan di tutup dengan salam. Dalam rangkaian kegiatan tersebut terdapat nilai-nilai kedisiplinan dan tanggung jawab, seperti *karateka* harus menggunakan *tegi* (seragam karate), memakai sabuk sesuai tingkatannya mulai dari warna putih sampai hitam. Selain itu *karateka* juga harus menguasai teknik yang telah dipelajari selama latihan sebagai *karateka* (Isnaeni, 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kegiatan karate dalam membentuk dan menerapkan karakter disiplin dan tanggung jawab anak yang memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman lebih

mendalam tentang pengalaman subjektif anak-anak tersebut saat belajar karate di Dojo Kshatria BKC Pati.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, sebab penelitian ini secara langsung mengungkapkan dan mengevaluasi bagaimana penerapan karate dapat meningkatkan disiplin dan tanggung jawab siswa sekolah dasar. Tempat penelitian ini dilakukan di Dojo Kshatria BKC Pati dengan populasi sebanyak 10 orang siswa sekolah dasar yang telah mengikuti kegiatan pelatihan karate. Melalui metode ini peneliti dapat mengeksplorasi berbagai aspek pengalaman belajar karate termasuk motivasi, tantangan, dan manfaat yang dirasakan oleh anak-anak tersebut. Penelitian ini berfokus pada penerapan sikap disiplin dan tanggung jawab anak, sehingga karakter anak terbentuk dengan baik.

Data untuk penelitian ini dikumpulkan melalui serangkaian wawancara mendalam dengan pelatih karate di Dojo. Selain itu, peneliti juga melakukan observasi dan dokumentasi langsung terhadap sesi latihan karate di Dojo untuk mendapatkan gambaran yang lebih karate baik tentang bagaimana diajarkan dan dipraktekkan. Analisis data dilakukan dengan mencari pola dan tema yang muncul dari data yang dikumpulkan. Tema-tema ini kemudian digunakan untuk memahami bagaimana karate dapat berkontribusi terhadap peningkatan disiplin dan tanggung jawab anak sekolah dasar.

HASIL DAN DISKUSI

Karate adalah seni bela diri yang berasal dari Jepang. Seni bela diri ini sedikit dipengaruhi oleh Seni bela diri China Kenpo. Karate dibawa masuk ke Jepang oleh Sensei Gichin Funakoshi lewat Okinawa dan mulai berkembang di Ryukyu Islands. Seni bela diri ini pertama kali disebut “Tote” yang berarti seperti “Tangan China”. Ketika karate masuk ke Jepang, nasionalisme Jepang pada saat itu sedang tinggi-tingginya, sehingga Sensei Gichin Funakoshi (1868-1957) mengubah kanji Okinawa (*Tote*:Tangan Cina) dalam kanji Jepang menjadi “karate” (tangan kosong) agar lebih mudah diterima oleh masyarakat Jepang (Setiyawati, 2020)

Karate adalah bagian dari sebuah olahraga dengan rumpun ilmu pengetahuan tentang beladiri tangan kosong atau tanpa senjata. Pada umumnya, Karate divisualkan dengan gerakan menyerang dan bertahan dengan balasan kaki atau tangan secara menyeluruh.(Prayuda, 2020) karate mulai masuk ke Indonesia pada saat itu tidak dibawa oleh tentara jepang, melainkan dibawa oleh mahasiswa mahasiswa Indonesia yang kembali setelah menyelesaikan sekolah di jepang. Pada tahun 1963, sejumlah mahasiswa Indonesia antara lain: Baud AD Adikusumo,

Kariato Djojonegoro, Mochtar Ruskan dan Ottoman Noh mendirikan Dojo di Jakarta. Mereka adalah orang-orang Indonesia yang mempopulerkan karate. Kemudian pada tanggal 16 Maret 1964 di Jakarta didirikanlah sebuah wadah yang menaungi karate di Indonesia yaitu Persatuan Olahraga Karate Indonesia (PORKI) (Matutu et al., 2019)

Pembentukan karakter adalah sebuah sifat kepribadian seorang anak dalam bertingkah laku di kehidupan nyata yang ditunjukkan oleh individual dengan menampilkan nilai secara implisit dan eksplisit (Suanda & Nugroho, 2022). Karakter sikap disiplin dan tanggung pada anak sekolah dasar sangat mudah dibentuk pada saat anak masih berusia belia, hal ini dapat dilakukan ketika anak mengikuti perguruan bela diri seperti karate. Banyak nilai-nilai positif yang didapatkan oleh seorang anak yang mengikuti karate, hal ini sangat berpengaruh pada tumbuh kembang pada seorang anak untuk membentuk sikap disiplin dan bertanggung jawab. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Dojo Kshatria BKC Pati, berikut penjabaran secara luas tentang penerapan karate dalam sikap disiplin dan bertanggung jawab.

Sikap Tanggungjawab

Hasil observasi peneliti mendapatkan bahwa Sikap tanggung jawab dalam karate adalah sebuah sikap kesatria dalam melakukan tugasnya. Sikap tanggung jawab dapat diterapkan pada karate melalui kegiatan dalam latihan dengan mengucapkan salam karate kepada sesama *karateka*, *senpei*, dan *dojo*, ketika hendak melakukan latihan dan setelah berlatih. Hal tersebut adalah salah satu bentuk sopan santun seorang karateka. Pengucapan salam karate merupakan salah satu wujud tanggung jawab seorang siswa kepada diri sendiri, masyarakat, bangsa dan negara serta Tuhan Yang Maha Esa, yang mana pengucapan salam ini merupakan cerminan dari salah satu sumpah karate yang berbunyi sanggup menjaga sopan santun (*doryokuo seishin o yoshiau koto*).

Bentuk lain dari penerapan sikap tanggung jawab dalam karate adalah dengan berdoa dan mengucapkan sumpah karate. Kegiatan berdoa dan mengucapkan sumpah karate dilakukan di awal ketika hendak latihan dan setelah latihan. Adapun bunyi sumpah karate yaitu: sanggup memelihara kepribadian (*jinkaku kansei ni sutomoru koto*), sanggup patuh pada kejujuran (*matako no michi p mamoru koto*), sanggup mempertinggi prestasi (*reigi o omonzuru koto*), sanggup menjaga sopan santun (*doryokuo seishin o yoshiau koto*), sanggup menguasai diri (*keki no yu o iashimuru koto*). Dari sumpah ini kemudian tertanam karakter tanggung jawab karateka atas sumpah yang mereka ucapkan ketika memulai dan mengakhiri kegiatan. (Isnaeni, 2019) hal yang tidak kalah penting dari sikap tanggung jawab adalah ketika berbuat salah mereka siap menerima hukuman atas kesalahan yang mereka lakukan dalam hal apapun ketika

di dalam tempat latihan maupun di masyarakat. Selain itu ada bentuk lain untuk menerapkan sikap tanggung jawab selama sesi latihan yaitu melakukan pemanasan sebelum kegiatan latihan karate dilakukan yang dipimpin oleh anak sesuai dengan jadwal piketnya yang sudah dibuat oleh pelatih dojo dan pelatih dojo memberikan materi latihan seperti melakukan gerakan pukulan, tangkisan dan tendangan yang dimana beberapa anak tersebut bisa melakukan gerakan yang telah diberikan oleh pelatih, gerakan tersebut menjadi tanggung jawab anak untuk bisa mengikuti proses selama latihan karate.

Sikap Disiplin

Bentuk dari penerapan disiplin dalam karate yang dilakukan oleh Dojo Kshatria BKC Pati adalah karateka mampu memahami betapa pentingnya, berharganya waktu dan daftar hadir, sehingga karateka dapat memanfaatkan waktu sebaik mungkin. Datang tepat waktu sebelum latihan, jika latihan Pukul 14.00 WIB maka, anak-anak harus bersiap sebelum jam latihan dimulai, ketika lonceng latihan dibunyikan maka karateka harus siap didalam lapangan. Sikap disiplin akan terbentuk dari kebiasaan yang dilakukan di tempat latihan karate yang menerapkan waktu dalam bersiap dan berlatih.

Selain penerapan pada waktu, hal lain yang juga disorot oleh peneliti adalah disiplin dalam berpakaian di DOJO kshatria BKC Pati diperlakukan aturan setiap karateka wajib menggunakan pakaian latihan (Dogi) dalam keadaan bersih dan rapi. Dengan menggunakan pakaian yang bersih dan rapi akan membawa kenyamanan bagi pemakai pakaian atau orang yang melihatnya. Secara tidak langsung dengan menggunakan Dogi dengan bersih dan wangi karateka telah mengamalkan butir sumpah karateka *Jinkaku Kansei Ni sutomoru Koto* (Sanggup Memelihara Kepribadian) salah satunya adalah berpakaian bersih dan rapih baik saat latihan ataupun dalam kehidupan sehari-hari. Dampak yang akan ditimbulkan dalam kehidupan sehari-hari adalah karateka akan lebih cenderung berpakaian rapi ketika berada di luar rumah, dan akan menimbulkan kesan yang baik bagi siapapun yang melihatnya. Sikap disiplin yang ditanamkan pada para karateka untuk senantiasa menaati peraturan, melakukan tugas dan berkewajiban tepat waktu ketika datang latihan, tertib dan teratur, serta selalu aktif dalam kegiatan yang memiliki nilai positif dan bermanfaat. Sikap disiplin tentunya ada jika tidak disiplin maka anak tidak akan berhasil meraih cita-citanya menjadi atlet dan tidak akan berprestasi.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa penerapan latihan karate di Dojo Kshatria BKC Pati memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan sikap disiplin dan tanggung jawab pada anak sekolah dasar. Melalui metode penelitian kualitatif, ditemukan bahwa pelatihan karate yang terstruktur dan rutin mampu membentuk karakter disiplin pada anak-anak. Disiplin ini terwujud melalui keteraturan dalam mengikuti latihan, ketaatan terhadap instruksi pelatih, serta ketepatan waktu. Selain itu, tanggung jawab anak-anak juga meningkat, terlihat dari kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan selama latihan dan mematuhi aturan dojo.

Hasil observasi menunjukkan bahwa anak-anak yang berpartisipasi dalam karate menjadi lebih mampu mengelola waktu, menjaga komitmen, dan memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi terhadap tindakan mereka sendiri. Hal ini juga berkontribusi positif terhadap perilaku mereka di sekolah dan di rumah, mencerminkan nilai-nilai yang diajarkan melalui latihan karate. Secara keseluruhan, temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa program latihan karate di Dojo Kshatria BKC Pati efektif dalam membentuk sikap disiplin dan tanggung jawab anak-anak sekolah dasar.

REFERENSI

- Isnaeni, H. N. (2017). Pendidikan Karakter Disiplin dan Tanggung Jawab melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Karate di MI Darul Hikmah Bantarsoka Kecamatan Purwokerto Barat Kabupaten Banyumas [Skripsi]. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
- Isnaeni, H. N. (2019). Kontribusi Kegiatan Ekstrakurikuler Karate Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Dan Tanggung Jawab Peserta Didik Di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Raushan Fikr*, 8(1), 19–30. <https://doi.org/10.24090/jimrf.v8i1.3052>
- Matutu, O. N., Or, S., Pd, M., Fahrizal, D., & Pd, M. (2019). Kontribusi Kecepatan Reaksi Kecepatan Tangan dan Ketepatan Terhadap Kemampuan Pukulan Giaku Pada Cabang Olahraga Karate Inkado di Ranting Kota Makassar. *E-Jurnal Olahraga Karate*.
- Nastiti, D. (2008). *Menjadi Karateka*. Be Champion.
- Prayuda, A. M. (2020). Modifikasi Media Pembelajaran Karate dalam Mata Pelajaran Penjas. *Jurnal Instruksional*, 3(2).
- Qonita, A. (2013). *Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pendidikan Dasar*. PT. IndahJaya Adipratama.
- Setiyawati, I. (2020). *Fanatisme Pada Perguruan Cabang Olahraga Karate Ditinjau Dari Budaya Dan Olahraga (Studi Kasus Pada Dojo Di Kabupaten Jepara)* [Skripsi]. Universitas Negeri Semarang.
- Suanda, S., & Nugroho, R. A. (2022). Analisis Nilai Nilai Pendidikan Karakter Pada Siswa Ektrakurikuler Karate BKC SMAN 1 Terbanggi Besar. *Journal Of Physical Education*, 2(2), 13–22. <https://doi.org/10.33365/joupe.v2i2.1302>