

**TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL (EQ)  
ATLET PENCAK SILAT (UKM) UNY KATEGORI TANDING**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta Untuk  
Memenuhi Sebagai Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
**Erna Suryanti**  
**05602241021**

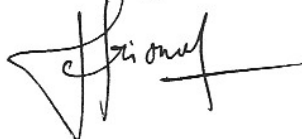
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Kecerdasan Emosional (EQ) Atlet Pencak Silat UKM UNY Kategori Tanding” yang disusun oleh Erna Suryanti, NIM 05602241021 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 20 April 2012

Pembimbing,

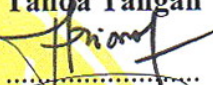



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Awan Hariono', with a stylized flourish extending to the right.

Awan Hariono, M.Or  
NIP. 19720713200212100

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Tingkat Kecerdasan Emosional (EQ) Atlet Pencak Silat (UKM) UNY Kategori Tanding” yang disusun oleh Erna Suryanti, NIM 05602241021 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 30 April 2012 dan dinyatakan lulus.

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Awan Hariono, M.Or	Ketua Penguji		12/6 2012
Devi Tirtawirya, M.Or	Sekretaris Penguji		12/6 2012
Agus Supriyanto, M.Si	Penguji I		12/6 2012
Agung Nugroho, M. Si	Penguji II		11/6 2012

Yogyakarta, Juni 2012

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan  
  
Agus Sudarko, M.S  
NIP. 19600824 198601 1 001

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 20 April 2012

Yang menyatakan,



Erna Suryanti  
NIM. 05602241021

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

- Hidup adalah pilihan
- Baik buruknya kehidupan yang kita jalani saat ini, adalah ketentuan yang kita pilih.
- Pahamiilah dirimu sendiri sebelum kau belajar memahami orang lain.
- Impian harus diwujudkan menjadi kenyataan, agar penyesalan tidak dibawa sampai mati.

### PERSEMBAHAN

Karya yang sangat sederhana ini penulis persembahkan untuk:

**Ibu Haryanti, Bapak Riyanto Atmojo.** terima kasih atas dukungan dan doanya serta kasih sayang yang tak terhingga, karena kalian saya dapat bertahan melewati masa-masa sulitku.

**Pak Awan, Lek Tanggang, Mas Ambar, Mas Bambang,** yang selama ini selalu ada untuk membantu, membimbing, memotivasi, menyadarkan, dan mengingatkanku dari kesalahan. Bagiku kalian pelatih no 1, jasa kalian tidak akan mungkin terbalas, hanya kata yang dapat saya ucapkan “terima kasih banyak” saya akan berusaha membuat kalian bangga.

Teman-teman PUSLATDA PON dan UKM pencak silat UNY yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas dukungan dan kekompakkannya.

# **TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL (EQ) ATLET PENCAK SILAT (UKM) UNY KATEGORI TANDING**

Oleh:  
Erna Suryanti  
05602241021

## **ABSTRAK**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional atlet pencak silat (UKM) UNY kategori tanding berdasarkan faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik.

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan menggunakan angket. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 atlet. Sampel diperoleh dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data dengan menggunakan teknik analisis statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian adalah sebagai berikut: (1) Tingkat kecerdasan emosional dari faktor intrinsik atlet pencak silat (UKM) UNY kategori tanding, sebagian besar responden masih dalam kategori rendah sebanyak 16 orang (53,3%); (2) Tingkat kecerdasan emosional dari faktor ekstrinsik atlet pencak silat (UKM) UNY kategori tanding sebagian besar responden dalam kategori tinggi sebanyak 12 orang (40,0%). (3) Tingkat kecerdasan emosional atlet pencak silat (UKM) UNY kategori tanding sebagian besar responden masih dalam kategori sedang sebanyak 10 orang (33,3%).

Kata kunci: kecerdasan emosional, pencak silat, kategori tanding.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Pemurah atas segala rahmat serta kurnia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul “Tingkat Kecerdasan Emosional Atlet Pencak Silat (UKM) UNY Kategori Tanding” dimaksudkan sebagai salah satu upaya ilmiah untuk meningkatkan prestasi pencak silat melalui kajian psikologis. Pemahaman psikologis pesilat diperlukan, sehingga permasalahan mental seperti rasa takut, khawatir dan marah pada sebelum, pada saat, dan setelah bertanding dapat dikurangi pengaruhnya.

Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M. Pd., M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
3. Ibu Endang Rini Sukamti, M.S., selaku Ketua Jurusan PKL dan Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan kelancaran dalam urusan akademik dan menyetujui serta mengijinkan pelaksanaan penelitian.
4. Bapak Awan Hariono, M.Or, selaku pembimbing skripsi sekaligus Pembimbing akademik yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk memberi arahan dan bimbingan sampai selesai.

5. Bapak Agung Nugroho M.Si, dan Bapak Dr. Siswantoyo., selaku Dosen Pencak Silat Universitas Negeri Yogyakarta
6. Bapak Ambar Setiawan, Spd.Kor, dan Bapak Bambang Mujiono, Spd.Kor, selaku Pelatih PUSLATDA PON XVIII cabang Pencak Silat, yang telah banyak membantu dalam pencapaian prestasi olahraga.
7. Keluarga besar UKM Pencak Silat UNY yang telah banyak memberikan bantuan dan inspirasi, semoga UKM Pencak Silat akan selalu Jaya di UNY, Jaya dimana saja.
8. Teman-teman mahasiswa di UKM Universitas Gadjah Mada, yang telah membantu terlaksananya uji coba instrumen penelitian dari awal sampai akhir.
9. PKO Angkatan 2005, pengalaman yang sangat berharga dan kenangan yang manis telah kita ukir bersama semoga senantiasa menjadi alat pemersatu kita.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu demi satu, semoga Allah SWT membalas kebaikan mereka semua, Amiin.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut. dan saran yang membangun guna meningkatkan kualitas skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, April 2012



## DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Deskripsi Teori .....	8
1. Pengertian Intelegensi.....	8
2. Kecerdasan Emosional.....	11
3. Hubungan Intelligence Quotient dan Emotional Quotient.....	20
4. Hubungan Antara Emosi, Ketegangan dan Kecemasan .....	21
5. Pencak Silat Kategori Tanding.....	22
B. Penelitian Yang Relevan .....	24
C. Kerangka Berpikir .....	26
D. Pertanyaan Penelitian.....	27
BAB III. METODE PENELITIAN.....	28
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
B. Desain Penelitian .....	28
C. Definisi Operasional .....	28

D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	30
F. Teknik Analisis Data .....	36
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Hasil Penelitian.....	38
1. Mengenali emosi diri .....	38
2. Mengelola emosi.....	39
3. Memotivasi Diri.....	40
4. Kecerdasan Emosional Faktor Intrinsik.....	42
5. Mengenali Emosi Orang Lain.....	43
6. Membina Hubungan.....	44
7. Kecerdasan Emosional Faktor Ektrinsik.....	45
8. Variabel Kecerdasan Emosional .....	46
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	48
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	52
A. Kesimpulan .....	52
B. Implikasi.....	53
C. Keterbatasan .....	53
D. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA .....	55
LAMPIRAN .....	57

## DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Kisi-kisi Ujicoba Penelitian.....	31
Tabel 2. Perincian Hasil Analisis Validitas Instrumen.....	34
Tabel 3. Perincian Hasil Analisis Reliabilitas.....	35
Tabel 4. Data Hasil Indikator Mengenal Emosi Diri .....	38
Tabel 5. Data Hasil Indikator Mengelola Emosi.....	39
Tabel 6. Data Hasil Indikator Memotivasi Diri.....	41
Tabel 7. Data Hasil Indikator Faktor Intrinsik.....	42
Tabel 8. Data Hasil Indikator Mengenal Emosi Orang Lain.....	43
Tabel 9. Data Hasil Indikator Membina Hubungan .....	44
Tabel 10. Data Hasil Indikator Faktor Ektrinsik.....	45
Tabel 11. Data Hasil Kecerdasan Emosional.....	47

## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1. Diagram Batang Indikator Mengenali Emosi Diri.....	39
Gambar 2. Diagram Batang Indikator Mengelola Emosi.....	40
Gambar 3. Diagram Batang Indikatorl Memotivasi Diri .....	41
Gambar 4. Diagram Batang Kecerdasan Emosional Faktor Intrinsik.....	43
Gambar 5. Diagram Batang Indikator Mengenali Emosi Orang Lain.....	44
Gambar 6. Diagram Batang Indikator Membina Hubungan.....	45
Gambar 7. Diagram Batang Kecerdasan Emosional Faktor Ektrinsik.....	46
Gambar 8. Diagram Batang Kecerdasan Emosional.....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1. Surat Keterangan Pelaksanaan Ujicoba Instrumen .....	57
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian.....	58
Lampiran 3. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	58
Lampiran 4. Uji Validitas Kecerdasan Emosional.....	60
Lampiran 5. Uji Reliabilitas Instrumen.....	62
Lampiran 6. Angket Penelitian.....	64
Lampiran 7. Data Responden.....	67
Lampiran 8. Data Penelitian.....	68
Lampiran 9. Data Penelitian Untuk Setiap Indikator.....	69
Lampiran !0. Data Penelitian Untuk Setiap Faktor.....	74