

**KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK DI SMPN 1  
SAGARANTEN KABUPATEN SUKABUMI**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar  
Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Oleh:**  
**INDRA FITRIADI**  
**NIM. 21601241144**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2025**

## **KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK DI SMPN 1 SAGARANTEN KABUPATEN SUKABUMI**

Indra Fitriadi  
21601241144

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Subjek yang digunakan adalah 261 peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket yang berbentuk skala Likert yang terdiri dari 36 butir pertanyaan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berada dalam kategori “sangat rendah” sebesar 5% dengan jumlah 14 peserta didik, kategori “rendah” sebesar 23% dengan jumlah 59 peserta didik, kategori “sedang” sebesar 41% dengan jumlah 106 peserta didik, kategori “tinggi” sebesar 25% dengan jumlah 65 peserta didik, dan kategori “sangat tinggi” sebesar 7% dengan jumlah 17 peserta didik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berada pada kategori “sedang”.

**Kata Kunci:** *Kecerdasan Emosional, Peserta Didik*

## **EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE STUDENTS FROM SMPN 1 SAGARANTEN SUKABUMI REGENCY**

Indra Fitriadi  
21601241144

### **ABSTRACT**

This research aims to determine the level of emotional intelligence of students at SMPN 1 Sagaranten (Sagaranten 1 Junior High School), Sukabumi Regency.

This research was a descriptive quantitative study using a survey method. The research subjects were 261 students from SMPN 1 Sagaranten, Sukabumi Regency. The research instrument was a questionnaire in the form of a Likert scale consisted of 36 question items. The data analysis technique used a descriptive quantitative analysis technique in the form of percentages.

The research findings indicate that the emotional intelligence of students at SMPN 1 Sagaranten, Sukabumi Regency is as follows: in the "very low" level at 5% with a total of 14 students, in the "low" level at 23% with a total of 59 students, in the "medium" level at 41% with a total of 106 students, in the "high" level at 25% with a total of 65 students, and in the "very high" level at 7% with a total of 17 students. Hence, it can be concluded that the emotional intelligence of students at SMPN 1 Sagaranten, Sukabumi Regency is in the "medium" level.

**Keywords:** Emotional Intelligence, Students

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA**

### **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Indra Fitriadi
NIM	:	21601241144
Program Studi	:	Pendidikan Jamani, Kesehatan, dan Rekreasi
Fakultas	:	Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul TAS	:	Kecerdasan Emosional Peserta Didik di SMPN 1 Sagaranen Kabupaten Sukabumi

Dengan penuh kesadaran, menyatakan bahwa tugas akhir skripsi ini benar hasil karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat-pendapat orang lain yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan dengan tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta,  
Yang menyatakan,



Indra Fitriadi  
NIM. 21601241144

## LEMBAR PERSETUJUAN

## LEMBAR PERSETUJUAN

### KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK DI SMPN 1 SAGARANTEN KABUPATEN SUKABUMI

#### TUGAS AKHIR SKRIPSI



Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 19 Desember 2024

Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing

Prof. Dr. Ngatman, M.Pd.  
NIP 196706051994031001

Dr. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd.  
NIP 197310062001122001

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PENGESAHAN

#### KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK DI SMPN 1 SAGARANTEN KABUPATEN SUKABUMI

#### TUGAS AKHIR SKRIPSI

INDRA FITRIADI  
21601241144

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 6 Januari 2025

Nama/Jabatan

Dr. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd  
(Ketua Tim Penguji)

Dr. Ridho Gata Wijaya, S.Pd., M.Or  
(Sekretaris Tim Penguji)

Prof. Dr. Ngatman, M.Pd  
(Penguji Utama)

Tanda Tangan

Tanggal

14 Januari 2025

14 Januari 2025

13 Januari 2025

Yogyakarta, 15 Januari 2025  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Dr. Herdi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.  
NIP 197702182008011002+

## **MOTTO**

“Karena sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan”

**(Q.S. Al Insyirah: 5-6)**

“Keberhasilan bukanlah milik orang yang pintar. Keberhasilan adalah kepunyaan mereka yang senantiasa berusaha”

**(B.J. Habibie)**

“Hidup untuk memberi kemaslahatan dan mencapai keselamatan”

“Jika mencari seseorang yang akan mengubah hidupmu, maka lihatlah cermin”

**(Indra Fitriadi)**

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan baik. Penulis mempersesembahkan karya tulis ini kepada orang-orang yang penulis sayangi dan keberadaannya sangat berharga, yaitu kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, Bapak Jajuli dan Ibu Heni Hendrawati yang senantiasa mendoakan, memotivasi, dan memberikan kasih sayang yang tidak pernah berhenti kepada saya, serta selalu memberikan dukungan penuh sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini dengan baik. Terima kasih atas segala doa, dukungan, ridho, dan cinta kasih yang telah diberikan.
2. Kakak dan adik saya tercinta, Taufik Jamil dan Muhammad Reza yang selalu menjadi sahabat setia dalam segala kondisi, memberi keceriaan, dan mendoakan untuk keberhasilan Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Segenap keluarga besar saya, terima kasih atas segala doa dan dukungan yang telah diberikan untuk keberhasilan Tugas Akhir Skripsi ini.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Ngatman, M.Pd. Kepala Departemen POR yang telah memberikan izin penelitian Tugas Akhir Skripsi.
3. Ibu Dr. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd. Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak dan Ibu Dosen di Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah membimbing selama penulis melaksanakan studi.
5. Bapak Jajuli, S.Pd, M.M.Pd. Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Sagaranten yang telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.

6. Seluruh guru dan staff SMP Negeri 1 Sagaranten yang telah memberikan bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi.
7. Peserta didik SMP Negeri 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi yang telah memberikan bantuan dan kerja sama dalam proses pengambilan data Tugas Akhir Skripsi.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan kepada saya selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 19 Desember 2024  
Penulis



Indra Fitriadi  
NIM. 21601241144

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN .....	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Kecerdasan Emosional .....	9
2. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ..	23
3. Keterkaitan Kecerdasan Emosional dengan PJOK .....	27
4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama (SMP).....	29
5. Profil SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi .....	33
B. Penelitian Relevan.....	34
C. Kerangka Pikir .....	36

BAB III METODE PENELITIAN.....	38
A. Desain Penelitian.....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	38
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	39
D. Definisi Operasional Variabel .....	42
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data .....	43
F. Validitas dan Reliabilitas.....	47
G. Teknik Analisis Data .....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	53
A. Hasil Penelitian .....	53
B. Pembahasan.....	66
C. Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....	76
A. Simpulan .....	76
B. Implikasi.....	76
C. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA .....	79
LAMPIRAN .....	85

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Peserta Didik SMPN 1 Sagaranten.....	39
Tabel 2. Sampel Peserta Didik SMPN 1 Sagaranten.....	41
Tabel 3. Skor Pernyataan Kuesioner .....	44
Tabel 4. Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba .....	45
Tabel 5. Hasil Uji Validitas .....	48
Tabel 6. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....	49
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas .....	51
Tabel 8. Acuan Patokan Penilaian .....	52
Tabel 9. Deskripsi Statistik Tingkat Kecerdasan Emosional .....	53
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi .....	54
Tabel 11. Deskripsi Statistik Aspek Kesadaran Diri .....	56
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Kesadaran Diri.....	56
Tabel 13. Deskripsi Statistik Aspek Pengaturan Diri .....	58
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Pengaturan Diri.....	58
Tabel 15. Deskripsi Statistik Aspek Motivasi Diri.....	60
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Motivasi Diri.....	60
Tabel 17. Deskripsi Statistik Aspek Empati .....	62
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Empati .....	62
Tabel 19. Deskripsi Statistik Aspek Membina Hubungan .....	64
Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Keterampilan Sosial .....	64

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Pikir.....	37
Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.....	54
Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Kesadaran Diri .....	57
Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Pengaturan Diri .....	59
Gambar 5. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Motivasi Diri .....	61
Gambar 6. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Empati .....	63
Gambar 7. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Keterampilan Sosial .....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal .....	86
Lampiran 2. Instrumen Uji Coba .....	87
Lampiran 3. Data Hasil Uji Coba Instrumen .....	91
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Instrumen .....	93
Lampiran 5. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen .....	94
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	95
Lampiran 7. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	96
Lampiran 8. Instrumen Penelitian .....	97
Lampiran 9. Hasil Jawaban Peserta Didik .....	101
Lampiran 10. Data Hasil Penelitian .....	104
Lampiran 11. Dokumentasi .....	109

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan salah satu indikator utama dalam keberhasilan suatu bangsa. Melalui pendidikan yang berkualitas setiap individu dapat meningkatkan kualitas hidupnya baik secara jasmani, rohani, mental, spiritual, intelektual dan emosional. Hal ini sejalan dengan Pasal 1 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003, yang mendefinisikan pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran. Tujuannya adalah membantu peserta didik dalam mengembangkan potensi dirinya secara aktif, sehingga mampu memiliki kekuatan spiritual, mengendalikan diri, membangun kepribadian, meningkatkan kecerdasan, mengembangkan akhlak mulia, dan menguasai keterampilan yang berguna bagi dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Sekolah sebagai lembaga formal berperan penting dalam mencapai tujuan pendidikan tersebut.

Sebagai lembaga yang memiliki tanggung jawab utama dalam mencerdaskan kehidupan bangsa, sekolah menyediakan lingkungan belajar yang terstruktur untuk mendukung perkembangan peserta didik. Pendidikan yang ada di sekolah mencakup semua mata pelajaran, salah satunya adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Permendiknas No. 22 Tahun 2006 menjelaskan bahwa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional,

tindakan moral, aspek perilaku hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dapat dijadikan sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang banyak mengandung nilai-nilai positif di dalamnya diharapkan dapat membantu peserta didik dalam mengembangkan kemampuan berpikir (kognitif), sosial emosional (afektif), dan kemampuan fisik (psikomotor). Sesuai dengan tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, bahwasanya PJOK bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut: 1) mengembangkan keterampilan pengaturan diri; 2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis; 3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak; 4) meletakkan landasan karakter moral 5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis; 6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain; dan 7) memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga (Dikdasmen, 2021, p. 34).

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosional peserta didik (Suherman et al., 2022, p. 37). Pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani atau fisik semata, tetapi juga mengembangkan

kemampuan berpikir kritis dan penalaran yang merupakan bagian dari ranah kognitif. Selain itu, pendidikan jasmani juga memainkan peran penting dalam pengembangkan aspek afektif, yang mencakup kemampuan spiritual, sosial, dan emosional. Aspek-aspek tersebut pada akhirnya akan menunjang prestasi belajar dan keberhasilan peserta didik di masa depan.

Selama ini, banyak yang beranggapan bahwa kecerdasan intelektual (IQ) adalah faktor utama dalam meraih keberhasilan di masa depan. Namun, pandangan tersebut tidak sepenuhnya benar, karena memiliki IQ yang tinggi saja tidak cukup untuk memastikan keberhasilan seseorang. Kenyataannya, individu dengan IQ tinggi seringkali dikalahkan oleh mereka yang memiliki IQ rata-rata. Hal ini terjadi karena ada faktor kecerdasan emosional (EQ) yang memainkan peran yang lebih besar, terutama dalam kemampuan mengelola emosi dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar.

Kecerdasan emosional merupakan faktor yang sangat penting untuk menunjang keberhasilan hidup seseorang. Goleman (2024, pp. 42-43) menyatakan menyatakan bahwa kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor lainnya, salah satunya kecerdasan emosional (EQ). Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri, serta memahami dan memengaruhi emosi orang lain. Adapun aspek-aspek dari kecerdasan emosional diantaranya: (1) kesadaran diri; (2) pengaturan diri; (3) memotivasi diri sendiri; (4) empati atau mengenali emosi orang lain; dan (5) keterampilan sosial. Seseorang yang memiliki

keterampilan emosional yang berkembang dengan baik, kemungkinan besar akan berhasil dalam kehidupan dan memiliki motivasi untuk berprestasi.

Kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) sangat penting bagi peserta didik karena berperan dalam membangun kepribadian yang positif, meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan, dan membantu mereka mengelola hubungan sosial secara efektif. Nofriadi dan Pawirosumanto (2024, p. 2) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional memberikan keuntungan psikologis yang signifikan, termasuk kemampuan untuk mengelola emosi secara sehat dan produktif. Peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tantangan akademik, menjaga hubungan yang harmonis dengan teman dan guru, serta mengatasi tekanan atau stres dengan lebih baik. Dengan demikian, kecerdasan emosional tidak hanya memengaruhi keberhasilan akademik, tetapi juga mendukung kesejahteraan mental dan sosial peserta didik secara keseluruhan.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di sekolah merupakan elemen penting dalam mendukung pengembangan kecerdasan emosional peserta didik. Kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi, memotivasi diri, bekerja sama, dan menunjukkan empati, yang semuanya sangat relevan dalam interaksi sosial dan kegiatan fisik. Untuk mencapai tujuan ini, pembelajaran PJOK memerlukan pendekatan yang variatif dan inovatif. Namun, faktanya model dan metode pembelajaran yang dirancang secara khusus untuk meningkatkan kecerdasan emosional masih kurang dikembangkan dan belum terstruktur dengan baik.

Akibatnya, pembelajaran PJOK sering kali hanya terfokus pada aspek psikomotor, namun aspek kognitif dan afektif kurang diperhatikan. SMPN 1 Sagaranten adalah salah satu sekolah terbesar di wilayah selatan Kabupaten Sukabumi, dengan peserta didik yang berasal dari berbagai kecamatan di Kabupaten Sukabumi dan Cianjur.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada guru PJOK di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi pada bulan September 2024 didapatkan informasi bahwa guru dalam mengajar masih cenderung dominan pada latihan fisik, namun kurang melibatkan peserta didik secara emosional maupun sosial. Kemudian, didapatkan juga informasi bahwa masih terdapat peserta didik yang kurang disiplin, kurang motivasi, tidak berani berpendapat dan kurang percaya diri tampil di depan kelas. Selain itu, peneliti mengamati pada saat pembelajaran PJOK masih terdapat peserta didik yang bersikap individualis dan mudah terpancing emosi pada saat mengikuti pembelajaran.

Dari permasalahan yang telah diuraikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kecerdasan Emosional Peserta Didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi”. Penelitian ini diharapkan dapat membantu pendidik dalam memahami sejauh mana kecerdasan emosional peserta didik, terutama ketika mereka mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengukur dan mengevaluasi tingkat kecerdasan emosional peserta didik, sehingga dapat memberikan wawasan yang lebih baik bagi pendidik dalam mengembangkan strategi pengajaran yang efektif.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang muncul antara lain:

- a. Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMPN 1 Sagaranten belum sepenuhnya menyentuh pada pengembangan kecerdasan emosional peserta didik.
- b. Peserta didik masih menunjukkan perilaku kurang disiplin, seperti datang terlambat, pakaian tidak sesuai, bahkan absen tanpa alasan yang jelas.
- c. Peserta didik masih kurang termotivasi dalam mengikuti pembelajaran PJOK ditandai dengan kurang aktif selama proses pembelajaran.
- d. Peserta didik belum mampu mengelola emosi dengan baik ditandai dengan bersikap individualis dan mudah terpancing dalam emosi.
- e. Belum diketahuinya kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, agar permasalahan penelitian tidak meluas dan penelitian yang dilakukan menjadi lebih terfokus, maka penelitian ini dibatasi pada kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas, maka dapat diperoleh rumusan masalah penelitian ini adalah

“Seberapa tinggi tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, diperoleh tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan penelitian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Dapat memberikan sumbangan pengetahuan mengenai kecerdasan emosional bagi peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.
- b. Dapat menjadi salah satu bahan bacaan atau referensi untuk menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah tentang kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.
- c. Dapat dijadikan sebagai bahan kajian untuk penelitian selanjutnya yang lebih mendalam.

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru, penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai tingkat kecerdasan emosional bagi peserta didik di SMPN 1 Sagaranten dan sebagai bahan evaluasi terhadap pembelajaran.

- b. Bagi peserta didik, penelitian ini sebagai catatan dan bahan masukan bagi peserta didik SMPN 1 Sagaranten sebagai penerus bangsa di masa yang akan datang mengenai pentingnya memahami dan mengetahui kecerdasan emosional sebagai peserta didik.
- c. Bagi sekolah, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam membina dan mengoptimalkan program pengembangan kecerdasan emosional peserta didiknya.
- d. Bagi peneliti, penelitian ini untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Kecerdasan Emosional**

###### **a. Pengertian Kecerdasan**

Intelektualitas atau yang sering disebut kecerdasan adalah kemampuan yang dimiliki manusia untuk memahami, mengolah, dan menghubungkan informasi. Kata ini berasal dari bahasa Latin *intelligere*, yang berarti menghubungkan atau menyatukan satu sama lain. Para ahli memiliki pandangan yang beragam mengenai arti kecerdasan, yang mencerminkan kompleksitas dan luasnya konsep ini dalam berbagai disiplin ilmu. David Wechsler mendefinisikan kecerdasan sebagai kemampuan umum seseorang untuk bertindak secara efektif, berpikir logis, dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Fitriati, 2023, p. 53).

Hidayah et al. (2021, p. 118) mendefinisikan kecerdasan melalui dua jalan yaitu secara kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, kecerdasan adalah proses belajar untuk memecahkan masalah yang dapat diukur dengan tes intelektualitas, sedangkan secara kualitatif kecerdasan merupakan suatu cara berpikir dalam membentuk konstruk bagaimana menghubungkan dan mengelola informasi dari luar yang disesuaikan dengan dirinya. Dengan demikian, kecerdasan tidak hanya mencakup kemampuan analitis yang dapat diukur secara objektif, tetapi juga melibatkan aspek subjektif yang terkait dengan pemahaman dan adaptasi terhadap lingkungan.

Alfred Binet dan Theodore (Ana, 2020, p. 4) menyebutkan bahwa kecerdasan terdiri dari tiga komponen utama yaitu:

- 1) Kemampuan untuk mengarahkan pikiran dan tindakan.
- 2) Kemampuan untuk mengubah tindakan jika sebelumnya kurang tepat
- 3) Kemampuan untuk mengevaluasi diri sendiri

Gardner mendefinisikan kecerdasan sebagai kemampuan untuk memecahkan dan menyelesaikan masalah dan menghasilkan produk baru yang merupakan konsekuensi dalam suasana budaya atau masyarakat tertentu (Handayani, 2022, p. 4). Gardner menyebutkan kecerdasan manusia terdiri dari berbagai jenis yang mencerminkan kemampuan unik setiap individu (Hasanuddin, 2021). Adapun kecerdasan tersebut yaitu:

- 1) Kecerdasan linguistik adalah kemampuan untuk menggunakan dan mengolah kata secara efektif, baik berbentuk lisan maupun tulisan.
- 2) Kecerdasan matematis-logis adalah kemampuan untuk berpikir logis, melakukan perhitungan, dan memahami pola atau konsep ilmiah.
- 3) Kecerdasan spasial-ruang adalah kemampuan memahami dan memvisualisasikan dunia dalam dimensi ruang secara akurat.
- 4) Kecerdasan musical adalah kemampuan individu untuk memahami, menciptakan, mengekspresikan, dan mengapresiasi musik.
- 5) Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan menggunakan gerakan tubuh untuk mengekspresikan ide, perasaan, atau menghasilkan sesuatu.

- 6) Kecerdasan interpersonal adalah kemampuan individu untuk memahami, merasakan, dan peka terhadap emosi, motivasi, serta perilaku orang lain.
- 7) Kecerdasan intrapersonal adalah kemampuan memahami diri sendiri, termasuk pengenalan terhadap perasaan, motivasi, dan kekuatan pribadi untuk bertindak secara adaptif.
- 8) Kecerdasan naturalis adalah kemampuan mengenali, memahami, dan membedakan elemen alam, seperti tumbuhan, hewan, atau fenomena lingkungan, serta memanfaatkannya dengan produktif.
- 9) Kecerdasan eksistensial adalah kepekaan atau kemampuan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan mendalam mengenai makna kehidupan, eksistensi, dan tujuan manusia.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa Kecerdasan adalah kemampuan seseorang untuk menyelesaikan masalah, berpikir, memahami, mengingat, merasa, belajar, dan menciptakan sesuatu yang baru untuk menghadapi tantangan hidup. Kecerdasan mencakup aspek kognitif, emosional, dan kreatif, yang memungkinkan seseorang beradaptasi dengan lingkungannya, membuat keputusan tepat, dan menemukan solusi inovatif.

## b. Pengertian Emosi

Emosi berasal dari kata Latin *emovere*, yang berarti “bergerak menjauh”, menandakan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dan mendasar dari emosi. Syarweny (2023, p. 83) menyebut emosi mengacu pada perasaan, pikiran tertentu, serta kondisi biologis dan psikologis

yang bersama-sama menciptakan dorongan untuk bertindak. Emosi dapat muncul sebagai respons terhadap stimulus, baik dari luar maupun dari dalam diri seseorang. Ketika seseorang merasa bahagia, emosi tersebut dapat mempengaruhi suasana hati dan terlihat secara fisik, misalnya dengan tertawa, sebaliknya emosi kesedihan mendorong seseorang untuk menangis sebagai respons terhadap perasaan yang dialami (Firdaus, 2022, p. 32).

Goleman (2024, p. 409) mendefinisikan emosi sebagai sesuatu yang mencakup perasaan dan pemikiran khas, kondisi biologis dan psikologis, serta kecenderungan untuk bertindak. Emosi tidak hanya sekadar perasaan yang muncul sesaat, tetapi juga melibatkan proses yang kompleks, termasuk interpretasi kognitif dan respons tubuh terhadap situasi tertentu. Misalnya, rasa takut tidak hanya ditandai oleh perasaan cemas, tetapi juga melibatkan perubahan detak jantung, kesiapan tubuh untuk bereaksi, dan dorongan untuk melarikan diri atau melawan. Dengan kata lain, emosi merupakan aktivitas atau pergolakan pikiran, perasaan, hasrat, atau kondisi mental yang tidak hanya dirasakan secara internal tetapi juga memengaruhi perilaku eksternal.

Emosi merupakan bagian penting dari kehidupan manusia yang berperan besar dalam memengaruhi kondisi fisiologis dan pikiran. Emosi dapat menjadi pendorong yang kuat untuk bertindak, meningkatkan motivasi, dan membantu seseorang mencapai tujuan atau menghadapi tantangan. Namun, emosi juga dapat menjadi penghalang yang mengganggu fokus atau menghambat seseorang untuk bertindak sesuai rencana atau tujuan tertentu (Zulkarnain, 2018, p. 91). Dengan demikian, pengelolaan emosi yang baik

menjadi kunci penting dalam menentukan keberhasilan seseorang dalam berbagai aspek kehidupan.

Emosi merupakan nuansa perasaan yang muncul dalam setiap keadaan atau tindakan seseorang. Perasaan ini dapat berupa gembira, bahagia, putus asa, terkejut, atau benci saat menghadapi situasi tertentu (Sista et al., 2023, p. 1213). Goleman (2024, p. 410) mengkategorikan emosi ke dalam berbagai bentuk perasaan, yang mencakup spektrum pengalaman emosional manusia dari yang positif hingga negatif sebagai berikut:

- 1) Amarah: beringas, mengamuk, benci, jengkel, kesal hati, terganggu.
- 2) Kesedihan: pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihi diri, putus asa, kesepian, ditolak, depresi berat.
- 3) Rasa takut: cemas, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, tidak tenang, ngeri, kecut, fobia dan panik.
- 4) Kenikmatan: Bahagia, gembira, riang, puas senang, terhibur, dan bangga.
- 5) Cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kemesraan, kasih.
- 6) Terkejut: terkesiap, terkejut, takjub, terpana.
- 7) Jengkel: hina, jijik, muak, mual, tidak suka malu, malu hati, kesal.
- 8) Malu: rasa salah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib, dan hati hancur.

Dari penjelasan dari para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa emosi adalah dorongan perasaan yang muncul sebagai respons terhadap rangsangan, mempengaruhi pikiran, tindakan, dan kondisi fisik seseorang, serta dapat mendorong atau menghambat perilaku tergantung pada bagaimana emosi tersebut dikelola. Dengan pengelolaan yang baik, emosi dapat menjadi alat yang efektif untuk meningkatkan motivasi, membangun hubungan, dan menghadapi tantangan hidup dengan lebih positif. Sebaliknya, emosi yang tidak terkendali dapat memicu konflik, stres, dan keputusan yang kurang bijaksana, bahkan bisa menghambat seseorang dalam hal lainnya.

### c. Pengertian Kecerdasan Emosional

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali diperkenalkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire. Salovey dan Mayer menyebutkan bahwa kecerdasan emosional adalah kecerdasan yang menunjuk pada potensi alamiah untuk merasa, menggunakan, mengonsumsikan, mengenal, mengingat, mengatur, dan memahami emosi-emosi (Pangestu et al., 2023). Kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) merupakan bagian dari kecerdasan sosial yang mencakup kemampuan untuk mengamati perasaan diri sendiri dan orang lain, mengelola serta membedakan berbagai emosi, dan menggunakan informasi tersebut untuk mengarahkan pemikiran serta tindakan (Saputra et al., 2017, p. 79).

Gardner mengatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan. Sebaliknya, ada spektrum kecerdasan yang luas dengan sembilan varietas utama, yaitu: linguistik, logika/matematika, spasial, kinestetik, musik, naturalis, eksistensial, interpersonal, dan intrapersonal. Ia menyebut kecerdasan ini sebagai “kecerdasan pribadi”, yang kemudian oleh Goleman disebut sebagai “kecerdasan emosional” (Maitrianti, 2021, p. 295).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelektualitas (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan

kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial (Goleman, 2024, p. 43).

Steiner menyebutkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memahami emosi diri sendiri dan orang lain, serta mengetahui bagaimana kondisi emosi diri untuk meningkatkan etika maksimal sebagai kekuatan pribadi (Sya'dullah, 2022, p. 41). Kemampuan ini memungkinkan seseorang untuk mengenali dan mengelola perasaan mereka, sehingga dapat berperilaku secara lebih bijaksana dan efektif dalam berbagai situasi.

Patton mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengetahui emosi secara efektif guna mencapai tujuan, dan membangun hubungan yang produktif dan dapat meraih keberhasilan (Girsang & Syahrial, 2021, p. 11). Kemampuan ini tidak hanya membantu dalam pengambilan keputusan yang lebih bijak, tetapi juga meningkatkan kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan tekanan dan tantangan.

Pendapat lain dari Bar-On menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah susunan kecakapan non kognitif, kompetensi dan keterampilan yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan (Nasrin & Morsidi, 2019, p. 92). Dengan kecerdasan emosional yang baik, seseorang dapat menciptakan lingkungan yang harmonis dan kondusif untuk kerja sama serta komunikasi yang lebih efektif, sehingga potensi keberhasilan dalam berbagai aspek kehidupan meningkat.

Berdasarkan pendapat parah ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara bijaksana, yang mencakup keterampilan seperti kesadaran diri, pengendalian emosi diri, motivasi diri, empati, serta keterampilan sosial, sehingga mampu menghadapi tuntutan dan tekanan lingkungan dengan lebih efektif untuk mencapai kesuksesan pribadi dan profesional. Kecerdasan emosional juga membantu seseorang membangun hubungan yang harmonis, menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif, dan membuat keputusan yang lebih matang berdasarkan pemahaman mendalam terhadap emosi diri dan orang lain.

#### d. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional dibentuk oleh beberapa aspek. Daniel Goleman (2024, p. 56) memaparkan lima aspek yang dapat digunakan untuk melihat kecerdasan emosional . Aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut:

##### 1) Kesadaran Diri (*Self Awareness*)

Kesadaran diri adalah kemampuan seseorang untuk memahami emosi mereka sendiri, mengenali dampaknya, dan menggunakan pemahaman ini untuk mengarahkan tindakan (Goleman, 2024, p. 63). Hafizha (2022, p. 159) mendefinisikan kesadaran diri merupakan kemampuan individu dalam memahami diri sendiri yang berkaitan dengan perasaan, perilaku, dan pemikiran.

Kesadaran diri dapat disimpulkan sebagai kemampuan individu untuk memahami, mengenali, dan mengelola emosi, perilaku, serta

pemikirannya sendiri, sehingga mampu mengarahkan tindakan dengan lebih efektif. Goleman menjelaskan bahwa kesadaran diri mencakup tiga indikator utama: (1) kesadaran emosional (kemampuan mengenali emosi dan dampaknya), (2) akurasi penilaian diri (kesadaran akan kekuatan dan kelemahan pribadi), dan (3) rasa percaya diri (keyakinan terhadap kemampuan diri).

## 2) Pengaturan Diri (*Self Regulation*)

Goleman mendefinisikan pengaturan diri dengan kemampuan menangani emosi sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya sesuatu sasaran dan mampu pulih kembali dari tekanan emosi. Pengaturan diri merupakan kemampuan untuk mengelola emosi, pikiran, dan tindakan seseorang agar tetap terkendali dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai (Hastuti et al., 2019, pp. 44-45 ).

Pengaturan diri dapat disimpulkan sebagai kemampuan yang memungkinkan seseorang untuk mengendalikan dorongan emosional mereka, menghindari perilaku impulsif, dan tetap berpikir logis meskipun berada dalam tekanan. Goleman menyebutkan indikator dari pengaturan diri adalah sebagai berikut: (1) pengendalian diri (2) pengelolaan dorongan (3) pengelolaan stress dan (4) penyesuaian diri.

## 3) Motivasi Diri (*Self Motivation*):

Motivasi adalah dorongan atau semangat yang membuat seseorang bergerak untuk mencapai tujuan tertentu. Dengan kata lain, motivasi

adalah alasan yang membuat seseorang bertindak atau melakukan sesuatu (Firmadani, 2020, p. 95). Matulessy dan Rahardja (2021, p. 334) menjelaskan motivasi diri berkaitan dengan tujuan, emosi, dan keyakinan seseorang. Hal ini mencakup arah yang ingin dicapai, perasaan yang mendukung atau menghambat usaha untuk mencapai tujuan, serta harapan dalam mewujudkan tujuan tersebut.

Motivasi dapat disimpulkan sebagai dorongan dalam diri seseorang untuk melakukan suatu aktivitas demi mencapai tujuan yang diinginkan. Motivasi diri mencakup kemampuan untuk mendorong diri sendiri untuk mencapai tujuan, mempertahankan semangat meskipun menghadapi hambatan, dan bertindak sesuai dengan nilai-nilai pribadi yang dimiliki. Goleman menyebutkan indikator dari motivasi diri adalah sebagai berikut: (1) memiliki tujuan yang jelas dan terukur (2) memiliki ketekunan dan ketahanan (3) mampu belajar dari kegagalan dan pantang menyerah.

#### 4) Empati (*Empathy*)

Empati merupakan kemampuan penting dalam kecerdasan emosional yang memungkinkan seseorang memahami perasaan orang lain dengan cara menempatkan diri pada posisi mereka (Aderoben et al., 2024, p. 133). Empati tidak hanya melibatkan pengenalan emosi, tetapi juga pemahaman yang mendalam terhadap pikiran dan perasaan orang lain, serta penghargaan terhadap pengalaman emosional mereka (Rahmatika et al., 2023). Melalui empati, individu dapat membangun

hubungan yang lebih harmonis dan menciptakan lingkungan yang mendukung interaksi yang saling menghormati.

Empati dapat disimpulkan sebagai kemampuan untuk menempatkan diri dalam posisi orang lain, memahami perspektif mereka, dan merasakan emosi yang mereka alami tanpa kehilangan objektivitas. Goleman menyebutkan indikator empati adalah sebagai berikut: (1) memahami perasaan orang lain (2) kepedulian terhadap orang lain (3) merasakan emosi orang lain (4) memahami masalah dari sudut pandang orang lain.

#### 5) Keterampilan Sosial (*Social Skills*)

Goleman mendefinisikan keterampilan sosial sebagai kemampuan seseorang untuk menangani emosi dengan baik dan cermat ketika berhubungan dengan orang lain. Keterampilan sosial memungkinkan seseorang membangun, memelihara, dan memperkuat hubungan interpersonal secara efektif. Keterampilan sosial merupakan kemampuan seseorang untuk berkomunikasi secara efektif, baik verbal maupun nonverbal, sesuai situasi dan kondisi yang dihadapi, sehingga dapat mengekspresikan perasaan positif maupun negatif dalam hubungan dengan orang lain tanpa melukai perasaan (Putra et al., 2021, p. 218).

Keterampilan sosial dapat disimpulkan sebagai kemampuan untuk memahami, mengelola, dan merespons emosi orang lain secara produktif, serta membangun hubungan yang saling menguntungkan. Keterampilan sosial memiliki beberapa indikator yang menurut Goleman adalah sebagi

berikut: (1) kemampuan membangun hubungan (2) kemampuan menyelesaikan konflik (3) komunikasi efektif dan kolaborasi (4)

Berdasarkan penjelasan ahli di atas dapat disimpulkan aspek-aspek kecerdasan emosional adalah kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati atau memahami emosi orang lain, dan keterampilan sosial. Kelima aspek kecerdasan emosional tersebut saling berinteraksi dan saling mempengaruhi. Sehingga dengan mengembangkan satu aspek, sering kali aspek lain juga akan diperkuat.

#### e. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat tetap, dan dapat berubah-ubah setiap saat. Oleh karena itu, peran lingkungan, terutama orang tua pada masa kanak-kanak, sangat berpengaruh dalam pembentukan kecerdasan emosional. Gardner menyebutkan keterampilan EQ bukanlah lawan dari keterampilan IQ atau keterampilan kognitif, melainkan keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata (Moniaga et al., 2024, pp. 38-39). Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional ada dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal:

##### 1) Faktor Internal

Faktor internal adalah aspek yang muncul dari dalam individu dan dipengaruhi oleh kondisi berbagai bagian otak, termasuk amigdala yang mengatur respons emosional, neokorteks yang berperan dalam pemikiran rasional, sistem limbik yang terlibat dalam pengolahan emosi, serta lobus

prefrontal yang bertanggung jawab atas pengambilan keputusan dan pengendalian diri, sehingga keseluruhan proses ini membentuk reaksi emosional dan perilaku seseorang secara unik ( Alwi, 2019, p. 116). Faktor-faktor internal yang mempengaruhi kecerdasan emosional antara lain fisik dan psikis. Faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

a) Fisik

Secara fisik bagian yang paling menentukan atau paling berpengaruh terhadap kecerdasan emosi seseorang adalah anatomi saraf emosinya (Anam, 2020, p. 101). Sejak lahir manusia memiliki bakat atau potensi-potensi yang akan mempengaruhi kehidupannya. Ketika manusia dilahirkan sudah membawa potensi-potensi emosional seperti kepekaan dan emosi-emosi lainnya. Karakteristik individu yang diwariskan orang tua kepada anaknya dapat mempengaruhi watak dan perkembangan emosional seseorang.

b) Psikis

Faktor psikis merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu. Kecerdasan emosi selain dipengaruhi oleh kepribadian individu, juga dapat dipupuk dan diperkuat dalam diri (Utami et al., 2020, p. 7). Faktor ini akan membantu individu dalam mengelola, mengontrol, mengendalikan dan mengkoordinasikan keadaan emosi agar termanifestasikan dalam perilaku secara efektif.

## 2) Faktor Eksternal

Faktor yang datang dari luar individu dan mempengaruhi individu untuk atau mengubah sikap. Pengaruh luar yang bersifat individu dapat secara perorangan, secara kelompok, antara individu mempengaruhi kelompok atau sebaliknya, juga dapat bersifat tidak langsung yaitu melalui perantara misalnya media massa baik cetak maupun elektronik (Yulika, 2019, p. 258). Muali dan Fatmawati (2022, pp. 92-93) menyebutkan faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi kecerdasan emosional meliputi lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah.

### a) Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga memiliki peran krusial dalam pembentukan kecerdasan emosional individu, karena keluarga merupakan tempat pertama bagi anak untuk mengembangkan pemahaman, pengenalan, dan pengelolaan emosi diri mereka. Dalam lingkungan keluarga, anak-anak umumnya mengamati dan meniru bagaimana orang tua dan anggota keluarga lainnya berinteraksi. Orang tua yang terampil secara emosional dapat membantu anak dalam memberi keterampilan emosional seperti belajar bagaimana mengenali, mengelola dan memanfaatkan perasaan, berempati dan menangani perasaan-perasaan yang muncul dalam hubungan-hubungan mereka.

b) Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat adalah faktor eksternal yang mempengaruhi kecerdasan emosional dan berfungsi sebagai sarana pendidikan langsung. Masyarakat yang lebih maju dan kompleks cenderung menuntut kemampuan bersaing yang lebih tinggi dibandingkan dengan masyarakat yang sederhana. Interaksi sosial dalam masyarakat memberikan kesempatan bagi individu untuk memahami dan menghargai perbedaan, yang pada akhirnya memperkuat kecerdasan emosional mereka.

c) Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kecerdasan emosional individu. Di sekolah, peserta didik berinteraksi dengan guru, teman sebaya, dan staf, yang semuanya memiliki peran dalam membentuk karakter dan kecerdasan emosional mereka. Melalui berbagai pengalaman sehari-hari di lingkungan sekolah, seperti kegiatan belajar mengajar, diskusi kelompok, dan kegiatan ekstrakurikuler, peserta didik belajar memahami dan mengelola emosi dalam berbagai situasi.

## **2. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

a. Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran yang diidentikkan dengan kata “mengajar”, berasal dari kata dasar “ajar” yang memiliki arti petunjuk yang diberikan kepada seseorang agar diketahui atau diikuti. Dengan penambahan awalan “pe” dan

akhiran “an”, terbentuk kata “pembelajaran”, yang berarti suatu proses, tindakan, atau cara mengajar sehingga peserta didik terdorong untuk belajar. Pembelajaran merupakan interaksi antara guru dan peserta didik dalam proses belajar mengajar yang dinamis untuk mentransfer nilai kepada peserta didik sehingga dapat merubah tingkah laku dan pengetahuannya (Puspitaningsari, 2020, p. 1). Pembelajaran adalah sebuah upaya yang disengaja, melibatkan pengajaran yang dirancang dan disusun secara sistematis. Pembelajaran tidak hanya memikirkan apa saja yang akan dipelajari peserta didik, tetapi juga bagaimana pemanfaatan hasil belajarnya (Setiawan, 2020, p. 11).

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003). Yulianingsih et al. (2019, p. 112) menyebutkan bahwa pembelajaran adalah proses yang terjadi karena interaksi seseorang dengan lingkungannya, yang akan menghasilkan perubahan tingkah laku pada berbagai aspek, di antaranya pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Pembelajaran pada hakikatnya adalah menata dan mengatur lingkungan sekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan memotivasi mereka untuk melaksanakan pembelajaran.

Pendapat lain dari Pene dan Dasopang (2017, p. 337) menyebutkan bahwa pembelajaran juga dimaksudkan sebagai proses membimbing atau membantu peserta didik dalam menyelesaikan pembelajaran. Pembelajaran bertujuan untuk menciptakan suasana yang mendukung pengembangan

potensi peserta didik secara optimal, baik dari segi pengetahuan, keterampilan, maupun aspek emosional.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik, pendidik, dan lingkungan belajar yang dirancang secara sistematis untuk menumbuhkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Tujuan utama pembelajaran adalah membimbing dan memotivasi peserta didik agar mereka dapat menguasai ilmu dan manfaatnya serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

b. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan adalah mata pelajaran wajib di semua jenjang sekolah yang harus diikuti oleh setiap peserta didik, mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik untuk meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, pengetahuan, gaya hidup sehat dan aktif, sikap sportif, serta mengembangkan kecerdasan emosional pada anak (Iswanto & Widayanti, 2021, p. 15). Hal ini sejalan dengan pendapat Bete dan Saidjuna (2022, p. 72) yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perceptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka pendidikan nasional. Dengan perencanaan yang baik, pendidikan jasmani mampu menciptakan lingkungan dan proses

belajar yang efektif untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh.

Pendidikan jasmani membantu peserta didik mengenali dan mengelola emosi, membangun hubungan yang sehat, menetapkan tujuan positif, memenuhi kebutuhan pribadi dan sosial, membuat keputusan yang bertanggung jawab, serta memecahkan masalah (Ciotto & Gagnon, 2018, pp. 27-33). Program pendidikan jasmani yang efektif mendorong peserta didik memahami dan menghargai nilai-nilai baik sebagai sarana mencapai produktivitas, efektivitas, dan kebahagiaan. Pendidikan jasmani juga berperan dalam membentuk persepsi positif peserta didik terhadap kebiasaan berolahraga, permainan dan olahraga menjadi aspek penting dalam mata pelajaran ini.

Pendidikan Jasmani bertujuan untuk mengembangkan tiga aspek utama, yaitu sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang dicapai melalui proses pembelajaran yang berfokus pada gerakan dan aktivitas fisik, serta penerapan gerakan yang berasal dari berbagai jenis olahraga (Mustafa, 2022, p. 72). Adapun pendapat lain dari Bucher dalam Rojali et al. (2021, p. 119) pendidikan jasmani menekankan pada membangun manusia secara fisik, emosional, mental, dan sosial dalam bermasyarakat, sehingga memainkan peran penting dalam pendidikan umum. Dalam pendidikan jasmani kecerdasan emosional merupakan salah satu tujuan yang harus dicapai.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran yang melibatkan aktivitas

fisik secara sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, kecerdasan emosional, serta kemampuan berpikir dan bersosialisasi, dengan tujuan mendukung pertumbuhan dan perkembangan individu secara fisik, mental, dan sosial sesuai dengan kerangka pendidikan nasional. Pendidikan jasmani juga berperan dalam menanamkan nilai-nilai positif, seperti disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab, yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.

### **3. Keterkaitan Kecerdasan Emosional dengan PJOK**

Sebuah penelitian menemukan bahwa aktivitas fisik dan olahraga berhubungan erat dengan kecerdasan emosional, dan setelah berolahraga sifat-sifat psikologis seseorang menjadi lebih terlihat (Ubago-Jiménez et al., 2019, p. 1). Peserta didik dengan kecerdasan emosional yang tinggi memiliki tingkat pengenalan, pengendalian dan pengaturan emosi, serta empati yang tinggi (Méndez-Giménez et al., 2020, p. 38). Hal ini memungkinkan mereka untuk lebih efektif dalam berinteraksi sosial dan membangun hubungan yang positif dengan teman sebaya maupun guru.

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang mengutamakan aktivitas fisik yang titik perhatiannya pada peningkatan gerak manusia baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Husdarta, 2022, p. 18). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memegang peran yang signifikan dalam pembentukan kecerdasan emosional peserta didik, karena aktivitas fisik yang menjadi fokus utama dalam PJOK tidak hanya bermanfaat bagi

perkembangan fisik, tetapi juga memiliki dampak yang mendalam terhadap aspek mental dan emosional.

Dalam setiap sesi pembelajaran PJOK, peserta didik diajak untuk bergerak, berinteraksi, serta berkompetisi, yang secara tidak langsung melatih kemampuan mereka dalam mengelola emosi. Aktivitas fisik, seperti permainan tim atau olahraga individu, menuntut peserta didik untuk memahami perasaan mereka sendiri, mengontrol emosi negatif seperti marah atau frustrasi, dan mengelola stres dalam situasi yang dinamis. Dengan demikian, pendidikan jasmani memberikan ruang untuk melatih keterampilan pengendalian diri dan ketahanan emosional, yang merupakan inti dari kecerdasan emosional.

Selain pengendalian diri, PJOK juga melatih kemampuan peserta didik dalam membangun hubungan sosial yang sehat, yang merupakan salah satu komponen utama kecerdasan emosional. Dalam konteks permainan kelompok, peserta didik dihadapkan pada situasi di mana mereka harus bekerja sama, berkomunikasi dengan baik, dan memahami perasaan serta kebutuhan anggota tim lainnya. Hal ini membantu mengembangkan kemampuan empati, yaitu memahami dan merespons emosi orang lain dengan tepat. Melalui kegiatan seperti kerja sama dalam tim, peserta didik dapat belajar untuk menghargai perbedaan, menumbuhkan sikap saling menghormati, dan menghindari konflik. Kemampuan ini sangat penting dalam kehidupan sosial sehari-hari, karena memungkinkan individu untuk berinteraksi secara harmonis dengan orang lain yang berada di lingkungannya.

Berdasarkan pandangan para ahli, kecerdasan emosional memiliki hubungan erat dengan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Kecerdasan emosional memiliki hubungan erat dengan PJOK, di mana aktivitas fisik dapat meningkatkan pengendalian diri dan empati peserta didik. Melalui interaksi sosial dan permainan tim, peserta didik dapat belajar secara langsung dalam mengelola emosi dan berkomunikasi dengan baik, yang merupakan inti dari kecerdasan emosional.

#### **4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama (SMP)**

Masa remaja adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, di mana terjadi banyak perubahan, baik biologi, kognitif, sosial dan emosional (Isroani et al., 2023, p. 155). Fase ini sering dianggap sebagai masa kritis karena perkembangan mental remaja berada dalam tahap yang sensitif, dengan keinginan yang kuat untuk memahami kehidupan dan mengenal diri mereka lebih dalam. Peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) umumnya berada dalam rentang usia 12-14 tahun, di mana mereka mulai mengalami berbagai tantangan dan pembentukan identitas diri yang akan mempengaruhi perkembangan mereka di masa depan.

Faizah dan Santoso (2024, p. 64) menyebutkan beberapa karakteristik peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) diantaranya:

- a. Terjadinya ketidakseimbangan proporsi tinggi dan berat badan.
- b. Mulai timbulnya ciri-ciri seks sekunder.
- c. Kecenderungan ambivalensi, seperti keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul, serta keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orang tua.
- d. Senang membandingkan kaidah-kaidah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa.

- e. Mulai mempertanyakan secara skeptis mengenai eksistensi dan sifat kemurahan serta keadilan Tuhan.
- f. Reaksi dan ekspresi emosi masih labil.
- g. Mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial.
- h. Kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas.

Jahja dan Yudrik (2015, p. 235) dalam bukunya menjelaskan bahwa ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja sekaligus sebagai ciri-ciri masa remaja yaitu:

a. Peningkatan Emosional

Pada masa ini terjadi peningkatan emosi yang cepat atau sering disebut sebagai masa “*storm and stress*” (badai dan tekanan). Peningkatan emosi ini disebabkan oleh perubahan fisik, terutama karena perubahan hormon. Emosi yang meningkat ini menandakan bahwa remaja sedang memasuki fase baru yang berbeda dari masa kanak-kanak. Pada fase ini, remaja menghadapi berbagai tuntutan dan tekanan, seperti harapan untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab serta tidak lagi bersikap seperti anak-anak. Sehingga pada fase ini perkembangan emosional remaja cenderung mengalami fluktuatif.

b. Perubahan Fisik

Perubahan fisik remaja merupakan salah satu aspek penting dari perkembangan yang terjadi selama masa pubertas. Pada tahap ini, tubuh mengalami percepatan pertumbuhan, yang dikenal dengan istilah “*growth spurt*” di mana tinggi dan berat badan meningkat secara signifikan. Perubahan lain yang mencolok adalah perkembangan ciri-ciri seksual sekunder, seperti pertumbuhan rambut di area tertentu, suara yang menjadi

lebih berat pada laki-laki, dan perkembangan payudara pada perempuan. Kelenjar keringat dan minyak juga menjadi lebih aktif, yang seringkali menyebabkan masalah kulit seperti jerawat. Perubahan-perubahan ini merupakan bagian alami dari proses menuju kematangan fisik dan seksual.

c. Perubahan Sosial

Perubahan sosial pada remaja terjadi seiring dengan berkembangnya kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang lebih kompleks dan mandiri. Pada masa ini, remaja mulai menjauh dari ketergantungan penuh pada keluarga dan lebih fokus pada hubungan dengan teman sebaya, yang menjadi pusat kehidupan sosial mereka. Kelompok teman sebaya sering kali berperan penting dalam pembentukan identitas dan memberikan dukungan emosional. Selain itu, remaja juga mulai lebih sadar akan harapan dan norma sosial yang berlaku di lingkungan mereka, serta semakin mencari pengakuan dan penerimaan dari orang lain. Pada fase ini, mereka juga mulai mengeksplorasi peran sosial baru, seperti menjadi lebih aktif dalam kegiatan sosial, klub, atau organisasi, yang membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial dan tanggung jawab.

d. Perubahan Nilai

Perubahan nilai pada remaja terjadi saat mereka mulai mempertanyakan dan membentuk nilai-nilai pribadi, berbeda dari yang diajarkan oleh keluarga atau lingkungan. Pemikiran kritis mereka berkembang, dan isu-isu seperti keadilan, kemandirian, serta kesetaraan

menjadi lebih penting. Remaja juga semakin peka terhadap masalah sosial dan politik, yang mencerminkan pencarian identitas serta pemahaman yang lebih luas tentang dunia.

e. Bersikap Ambivalen

Remaja cenderung bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan itu, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab itu.

Pada masa remaja, individu mengalami berbagai perkembangan signifikan yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupannya. Aspek perkembangan yang terjadi pada remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan kepribadian, dan sosial. Suryana et al., (2022, p. 10) menyebutkan bahwa perkembangan yang dialami remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi, perkembangan sosial, perkembangan moral, perkembangan kepribadian, dan perkembangan kesadaran beragama.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa karakteristik peserta didik SMP mencakup perubahan signifikan dalam aspek fisik, emosional, sosial, dan nilai-nilai, dengan peningkatan emosi yang cepat, perubahan fisik yang pesat, pergeseran dalam minat dan hubungan sosial, serta perubahan nilai-nilai, sesuai dengan berbagai pandangan ahli tentang perkembangan remaja. Proses perkembangan ini mempengaruhi cara mereka

berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan membentuk pola pikir serta sikap yang akan membentuk karakter mereka di masa depan.

## **5. Profil SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi**

SMP Negeri 1 Sagaranten merupakan salah satu sekolah menengah pertama negeri yang berada di Kecamatan Sagaranten. Sekolah ini berdiri dengan memulai kegiatan belajar mengajarnya pada tahun 1980. SMPN 1 Sagaranten beralamat di Jl. Raya Cigadog, Kecamatan Sagaranten, Kabupaten Sukabumi, Jawa Barat. Lokasi sekolah ini memudahkan akses bagi peserta didik yang tinggal di desa-desa sekitar, sehingga mereka dapat dengan mudah menjangkau sekolah. Meskipun berada di kawasan pedesaan, sekolah ini tetap dapat memberikan akses pendidikan yang berkualitas dengan dukungan fasilitas yang cukup memadai. Selain itu, lingkungan sekitar yang masih asri dan alami juga memberikan nuansa belajar yang tenang dan mendukung pembelajaran yang lebih fokus dan terhindar dari gangguan.

Karakteristik peserta didik di SMPN 1 Sagaranten sangat dipengaruhi oleh latar belakang sosial dan budaya daerah pedesaan. Sebagian besar peserta didik berasal dari keluarga petani dan pekerja yang memiliki semangat untuk mendapatkan pendidikan meskipun dihadapkan pada tantangan ekonomi. Peserta didik di sekolah ini dikenal memiliki sifat yang ramah, pekerja keras, dan cenderung dekat dengan kegiatan berbasis alam dan budaya lokal. Mereka juga memiliki potensi besar dalam mengembangkan keterampilan praktis, terutama dalam bidang olahraga, seni, dan keagamaan.

Kurikulum yang diterapkan di SMPN 1 Sagaranten mengacu pada Kurikulum 2013 dengan menerapkan waktu 6 hari sekolah dalam seminggu (Senin-Sabtu). Sekolah ini memiliki fasilitas olahraga yang cukup, seperti lapangan olahraga yang luas dan sarana penunjang lainnya cukup lengkap. Potensi guru di bidang pendidikan jasmani cukup baik, dengan memiliki beberapa pengajar yang memiliki latar belakang pendidikan linear sesuai bidang pendidikan jasmani. Dengan fasilitas yang mendukung dan tenaga pengajar yang berkompeten, SMPN 1 Sagaranten berkomitmen untuk mengembangkan potensi peserta didik secara optimal.

## **B. Penelitian Relevan**

Untuk mendukung kajian teori dan menyusun kerangka pikir, penelitian yang relevan sangat diperlukan. Berikut beberapa penelitian terkait dengan kecerdasan emosional peserta didik dapat dijadikan sebagai landasan dalam penelitian ini:

1. Penelitian yang dilakukan Bahtiar Wiwit Dwiyanto (2016) dengan judul “Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMAN 1 Jetis Bantul”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Teknik pengumpulan data menggunakan angket kecerdasan emosional yang meliputi aspek mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Populasi dalam penelitian ini 105 peserta didik dengan menggunakan teknik *total sampling* 105 peserta didik. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh

kesimpulan bahwa tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMAN 1 Jetis Bantul berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 atau 2,3%, kategori tinggi 24 atau 23,3%, kategori sedang 52 atau 49,5%, kategori rendah 20 atau 19,1% kategori sangat rendah 6 atau 5,8%.

2. Penelitian yang dilakukan Lestari et al. (2019) dengan judul “Tingkat Kecerdasan Emosi Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 15 Palembang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik kelas XI di SMA Negeri 15 Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket yang terdiri dari 5 aspek yaitu: kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan membina hubungan. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI di SMA 15 Palembang yang berjumlah 244 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 56 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil analisis data menunjukan bahwa 32% peserta didik kelas XI memiliki kecerdasan emosional dengan kategori tinggi, 65% kategori sedang, 3% kategori rendah.
3. Penelitian yang dilakukan Cahyaningtyas dan Nuraini (2022) dengan judul “Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dari fenomena Tingkat Kecerdasan Emosional pada peserta didik kelas XI SMAN 39 Jakarta Timur. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Populasi

penelitian ini sebanyak 252 siswa di kelas XI dan sampel penelitian menggunakan 155 siswa melalui teknik *simple random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan gambaran Tingkat Kecerdasan Emosional peserta didik kelas XI di SMAN 39 Jakarta Timur berada pada kategori tinggi sebesar 75,5% dan kategori rendah sebesar 24,5%.

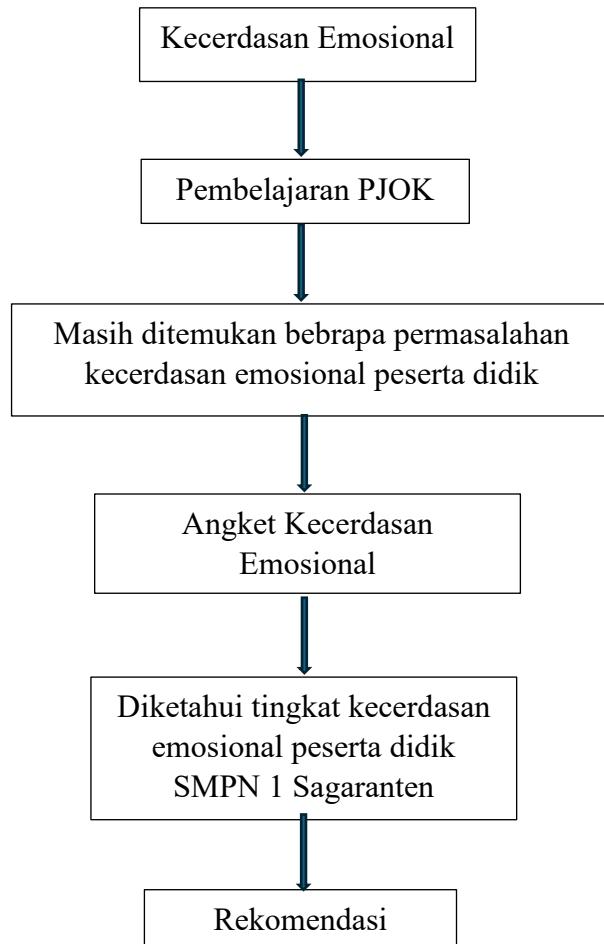
### **C. Kerangka Pikir**

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain. Kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan yang sangat penting dimiliki oleh peserta didik untuk menunjang keberhasilan akademik dan sosial serta keberhasilannya di masa depan. Namun, kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten masih belum optimal, ditandai dengan perilaku kurang disiplin, kurang motivasi, bersikap individualisme, dan kemampuan mengelola emosi yang kurang.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki potensi besar untuk mengembangkan kecerdasan emosional peserta didik, akan tetapi strategi pembelajaran yang digunakan belum sepenuhnya mendukung pengembangan kecerdasan emosional. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional peserta didik dan memberikan rekomendasi strategi pembelajaran inovatif yang mendukung pengembangan kecerdasan emosional, sehingga relevan dengan tujuan pendidikan nasional dalam membentuk peserta didik yang berkarakter dan berkepribadian baik.

Di bawah ini disajikan gambar bagan alir kerangka pikir penelitian ini.

Gambar 1. Kerangka Berpikir



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Arikunto (2019, p. 3) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau memaparkan sesuatu hal misalnya keadaan, situasi, peristiwa dan lainnya. Dalam penelitian deskriptif, data dikumpulkan tanpa memanipulasi variabel, sehingga hasilnya merefleksikan kondisi yang sebenarnya. Sementara itu, teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui metode survei dengan menggunakan angket. Metode survei adalah metode yang digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu dengan suatu cara seperti menggunakan angket, tes, wawancara dan sebagainya (Sugiyono, 2022, p. 7). Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data secara langsung dari responden dalam jumlah yang lebih besar dengan waktu yang relatif efisien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 1 Sagaranten yang beralamat di Jl. Raya Cigadog, Sagaranten, Kec. Sagaranten, Kab. Sukabumi, Jawa Barat. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September – Desember 2024 dengan penyebaran angket kepada peserta didik melalui *google form*.

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019, p. 90). Pendapat Nurdin dan Hartati (2019, p. 92) menyatakan bahwa populasi adalah totalitas atau keseluruhan subjek penelitian baik benda, orang, atau suatu hal yang di dalamnya bisa diambil informasi penting berupa data penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik di SMP Negeri 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi yang berjumlah 751 peserta didik yang terbagi ke dalam 19 rombel.

Tabel 1. Populasi Peserta Didik SMPN 1 Sagaranten

No.	Rombel/Kelas	Populasi
1.	VII A	46
2.	VII B	46
3.	VII C	46
4.	VII D	46
5.	VII E	45
6.	VII F	44
7.	VII G	45
8.	VIII A	35
9.	VIII B	37
10.	VIII C	36
11.	VIII D	34
12.	VIII E	40
13.	VIII F	37
14.	IX A	36
15.	IX B	35
16.	IX C	36
17.	IX D	36
18.	IX E	36
19.	IX F	35
<b>Jumlah</b>		<b>751</b>

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi atau sejumlah populasi yang mewakili karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Arikunto, 2019, p. 81). Pendapat Nurdin dan Hartati (2019, p. 104) bahwa sampel merupakan sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi. Peneliti tidak meneliti seluruh populasi, akan tetapi menghitung ukuran sampel dari sebuah populasi yang telah ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 5%. Rumus Slovin adalah sebuah rumus atau formula untuk menghitung jumlah sampel minimal apabila perilaku dari sebuah populasi tidak diketahui secara pasti, seperti halnya peneliti yang belum tahu berapa proporsi populasi yang ideal untuk mewakili. Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah total populasi

e = Batas toleransi error

Berdasarkan rumus Slovin diatas, ukuran sampel minimal dengan populasi 751 dan *margin of error sampling* 5% dilakukan perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{751}{1 + 751 (0,05)^2}$$
$$n = \frac{751}{1 + 1.8825}$$

$$n = \frac{751}{2.8825}$$

$$n = 260,53 \text{ atau } 261 \text{ Peserta Didik}$$

Penulis melakukan pembulatan jumlah menjadi 261 peserta didik agar proporsi di setiap kelas sama. Dari jumlah sampel 261 peserta didik tersebut kemudian ditentukan jumlah masing-masing sampel di setiap kelasnya dengan rumus:

$$ni = \frac{Ni}{N} n$$

Keterangan:

ni = jumlah sampel kelas

Ni = jumlah populasi kelas

N = jumlah populasi keseluruhan

n = jumlah sampel keseluruhan

Alasan menggunakan teknik ini karena yang menjadi populasi terbagi ke dalam 19 kelas. Agar semua kelas dapat terwakili, maka sampel diambil dari masing-masing kelas dengan proporsi sama, dengan total keseluruhan berjumlah 261 peserta didik. Prosedur pengambilan sampel dilakukan dengan cara undian acak. Alasan menggunakan undian adalah bagi peneliti cukup sederhana dan memungkinkan ketidakadilan dapat dihindari. Jumlah sampel dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Sampel Peserta Didik SMPN 1 Sagaranten

No.	Rombel/Kelas	Populasi	Sampel
1.	VII A	46	16
2.	VII B	46	16
3.	VII C	46	16
4.	VII D	46	16
5.	VII E	45	16

6.	VII F	44	15
7.	VII G	45	16
8.	VIII A	35	12
9.	VIII B	37	13
10.	VIII C	36	12
11.	VIII D	34	12
12.	VIII E	40	14
13.	VIII F	37	13
14.	IX A	36	13
15.	IX B	35	12
16.	IX C	36	12
17.	IX D	36	12
18.	IX E	36	13
19.	IX F	35	12
<b>Jumlah</b>		<b>751</b>	<b>261</b>

#### **D. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional variabel adalah cara untuk menggambarkan variabel penelitian secara rinci dan jelas sehingga dapat diukur secara akurat. Dalam definisi operasional, peneliti menjelaskan karakteristik variabel berdasarkan apa yang dapat diamati atau diukur, sehingga tidak menimbulkan kerancuan dalam interpretasi. Dengan kata lain, variabel dijelaskan dalam istilah yang konkret dan spesifik, sehingga semua orang memahami dengan cara yang sama dan dapat mengukur variabel tersebut dengan metode yang sama. Definisi operasional membantu menghindari makna ganda dan memastikan bahwa hasil penelitian dapat diuji dan diulang secara konsisten. Operasionalisasi variabel dibuat untuk memudahkan pengumpulan data dan menghindarkan perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Nurdin & Hartati, 2019, p. 122).

Variabel dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional (EQ) yang merujuk pada suatu kemampuan mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang

lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain. Aspek-aspek kecerdasan emosional yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain atau empati, dan keterampilan sosial yang dapat diukur menggunakan angket dengan skala Likert.

## **E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen merupakan sebuah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data dari kegiatan yang dilakukan dengan tujuan dapat berjalan secara sistematis (Arikunto, 2019, p. 203). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket yang berisi pertanyaan-pertanyaan tertutup. Arikunto (2019, p. 168) menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Pernyataan-pernyataan terdiri dari dua komponen item, yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif yang penempatannya harus secara acak (*random*). Hal ini bertujuan untuk mengurangi bias jawaban dari responden dan memastikan validitas data yang diperoleh. Sugiyono (2019, p. 104) menyebutkan ada tiga langkah yang harus ditempuh dalam menyusun instrumen. Ketiga langkah tersebut meliputi mendefinisikan konstrak, mengidentifikasi faktor, dan menyusun butir pernyataan untuk memastikan pengukuran variabel dilakukan secara terarah dan akurat.

Angket dibuat sendiri oleh peneliti dengan butir-butir pernyataan yang disesuaikan dengan aspek kecerdasan emosional yang diadaptasi dari teori Goleman dan kemudian divalidasi oleh ahli yang dianggap mengerti dengan jenis penelitian ini. Penskoran angket ini menggunakan skala Likert modifikasi. Modifikasi skala Likert dimaksudkan untuk menghilangkan kelemahan yang terkandung oleh skala lima tingkat, modifikasi skala Likert meniadakan kategori jawaban yang di tengah berdasarkan tiga alasan, yaitu (1) kategori tersebut memiliki arti ganda, biasanya diartikan belum dapat memutuskan atau memberikan jawaban, dapat diartikan netral, setuju tidak, tidak setuju pun tidak, atau bahkan ragu-ragu. (2) tersedianya jawaban di tengah ini menimbulkan kecenderungan menjawab ke tengah. (3) maksud kategori S-SS-ST-STS adalah terutama untuk melihat kecenderungan pendapat responden, kearah setuju atau kearah tidak setuju.

Tabel 3. Skor Pernyataan Kuesioner

Alternatif Pilihan	Pernyataan	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Instrumen yang disusun peneliti dalam penelitian ini disesuaikan berdasarkan kajian teori pada bab sebelumnya, selanjutnya peneliti melakukan validasi dengan meminta pertimbangan kepada dosen ahli

(*expert judgement*). Adapun dosen ahli dalam penelitian ini yaitu Ibu Dr. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd.

Tabel 4. Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Butir Soal	
			(+)	(-)
Kecerdasan Emosional	Kesadaran Diri	Mengenali emosi diri dalam berbagai situasi beserta penyebabnya	1,2,3	
		Menyadari dampak emosi terhadap perilaku dan keputusan	4,5	
		Mengetahui kekuatan dan kelemahan diri	6,7	8
	Pengaturan Diri	Mengendalikan reaksi emosional	9,11	10
		Mengambil keputusan secara rasional meski dalam tekanan emosional	12	13
		Kemampuan untuk menenangkan diri saat stres dan mengelola tekanan	14,15	
		Beradaptasi dengan perubahan dan tantangan	16	17
	Motivasi Diri	Memiliki tujuan jangka panjang dan termotivasi untuk mencapainya	18,19	
		Tetap termotivasi meski menghadapi kesulitan	21,22	20
		Mampu belajar dari kegagalan dan berusaha memperbaiki diri	23,24	
	Empati	Memahami perasaan orang lain meskipun tidak diungkapkan secara langsung	25,26	
		Peduli pada orang lain dan berusaha membantu mereka	28,29	27
		Mampu merasakan emosi orang lain dan memahami masalah dari sudut pandang mereka	31,32	30

Keterampilan Sosial	Membangun dan menjaga hubungan yang positif dengan orang lain	34,35, 33	
	Mengelola konflik dengan cara yang positif dan damai	36,37	
	Berkomunikasi secara efektif dan membangun kolaborasi	38,40	39

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan memberikan angket kepada peserta didik yang menjadi subjek penelitian. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2022, p. 199). Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket elektronik yang dapat diakses oleh peserta didik secara online melalui *google form*. Adapun mekanisme teknik pengumpulan datanya adalah sebagai berikut:

- a) Peneliti melakukan perizinan kepada pihak yang berwenang.
- b) Peneliti mencari data peserta didik SMPN 1 Sagaranten dan menentukan jumlah peserta didik yang akan menjadi responden.
- c) Peneliti mendatangi lembaga pendidikan dan menyebarkan angket elektronik kepada responden melalui *google form*.
- d) Peneliti merekap data hasil penelitian untuk dilakukan pengolahan data.
- e) Data yang diperoleh dilakukan analisis statistik untuk dapat dilakukan pengambilan kesimpulan atas hasil penelitian.

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Uji validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2019, p. 96). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*) yang dikonsultasikan kepada dosen atau para ahli (*expert judgement*) agar memperkecil tingkat kesalahan dan kelemahan instrumen penelitian yang dibuat kemudian dilakukan uji coba. Validitas dihitung dengan rumus korelasi *Product Moment* berdasarkan teori dan perhitungan dengan menggunakan SPSS. Nilai  $r$  hitung akan dibandingkan dengan harga *Product Moment* dalam tabel pada taraf signifikansi 0,05. Jika  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel, item tersebut dinyatakan valid.

Rumus untuk menguji validitas instrumen adalah sebagai berikut:

$$r_{XY} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)]}}$$

Keterangan:

$r_{XY}$  = Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y

X = Nilai data untuk variabel X

Y = Nilai data untuk variabel Y

N = Banyak data

Berdasarkan hasil uji coba menunjukkan bahwa dari total 40 butir pernyataan, terdapat empat butir yang dinyatakan tidak valid, yaitu nomor 1, 4, 8, dan 12. Hal ini disebabkan karena nilai  $r$  hitung pada butir-butir tersebut lebih kecil dari  $r$  tabel (dengan  $N=30$ ,  $df = 28$  dan  $\alpha = 0,05$ , yaitu

0,361). Oleh karena itu, hanya 36 butir yang dinyatakan valid dan digunakan dalam penelitian. Untuk butir yang tidak valid, peneliti melakukan eliminasi karena dianggap aspek yang ingin diukur sudah terwakili oleh butir lainnya. Rincian hasil uji validitas instrumen ini dapat dilihat pada tabel 5 berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Validitas

Butir Soal	Rtabel	Rhitung	Keterangan
Item 01	0.361	0.057	TIDAK VALID
Item 02	0.361	0.543	VALID
Item 03	0.361	0.498	VALID
Item 04	0.361	-0.141	TIDAK VALID
Item 05	0.361	0.481	VALID
Item 06	0.361	0.399	VALID
Item 07	0.361	0.515	VALID
Item 08	0.361	0.007	TIDAK VALID
Item 09	0.361	0.364	VALID
Item 10	0.361	0.450	VALID
Item 11	0.361	0.553	VALID
Item 12	0.361	-0.004	TIDAK VALID
Item 13	0.361	0.482	VALID
Item 14	0.361	0.493	VALID
Item 15	0.361	0.421	VALID
Item 16	0.361	0.399	VALID
Item 17	0.361	0.562	VALID
Item 18	0.361	0.397	VALID
Item 19	0.361	0.497	VALID
Item 20	0.361	0.420	VALID
Item 21	0.361	0.439	VALID
Item 22	0.361	0.387	VALID
Item 23	0.361	0.676	VALID
Item 24	0.361	0.707	VALID
Item 25	0.361	0.414	VALID
Item 26	0.361	0.469	VALID
Item 27	0.361	0.391	VALID
Item 28	0.361	0.434	VALID
Item 29	0.361	0.617	VALID
Item 30	0.361	0.542	VALID
Item 31	0.361	0.398	VALID
Item 32	0.361	0.517	VALID

Item 33	0.361	0.571	VALID
Item 34	0.361	0.606	VALID
Item 35	0.361	0.547	VALID
Item 36	0.361	0.615	VALID
Item 37	0.361	0.670	VALID
Item 38	0.361	0.601	VALID
Item 39	0.361	0.578	VALID
Item 40	0.361	0.468	VALID

*Sumber: Output SPSS 26, Data diolah (2024)*

Berdasarkan hasil uji validitas instrumen, maka kisi-kisi instrumen penelitian yang akan digunakan penelitian disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Butir Soal	
			(+)	(-)
Kecerdasan Emosional	Kesadaran Diri	Mengenali emosi diri dalam berbagai situasi beserta penyebabnya	1, 2	
		Menyadari dampak emosi terhadap perilaku dan keputusan	3	
		Mengetahui kekuatan dan kelemahan diri	4, 5	
	Pengaturan Diri	Mengendalikan reaksi emosional	6, 8	7
		Mengambil keputusan secara rasional meski dalam tekanan emosional		9
		Kemampuan untuk menenangkan diri saat stres dan mengelola tekanan	10, 11	
		Beradaptasi dengan perubahan dan tantangan	12	13
	Motivasi Diri	Memiliki tujuan jangka panjang dan termotivasi untuk mencapainya	14, 15	
		Tetap termotivasi meski menghadapi kesulitan	17, 18	16

		Mampu belajar dari kegagalan dan berusaha memperbaiki diri	19, 20	
Empati	Empati	Memahami perasaan orang lain meskipun tidak diungkapkan secara langsung	21, 22	
		Peduli pada orang lain dan berusaha membantu mereka	24, 25	23
	Keterampilan Sosial	Mampu merasakan emosi orang lain dan memahami masalah dari sudut pandang mereka	27, 28	26
	Keterampilan Sosial	Membangun dan menjaga hubungan yang positif dengan orang lain	29, 30, 31	
		Mengelola konflik dengan cara yang positif dan damai	32, 33	
		Berkomunikasi secara efektif dan membangun kolaborasi	34, 36	35
Jumlah			36	

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada suatu pengertian bahwa kualitas yang baik dari sebuah instrumen membuatnya cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data (Arikunto, 2019, p. 86). Oleh karena itu, uji reliabilitas digunakan untuk menentukan sejauh mana hasil pengujian dapat dipercaya. Instrumen dapat dianggap reliabel apabila reliabilitasnya tidak kurang dari 0,70. Alat ukur yang reliabel akan memberikan hasil pengukuran yang stabil dan konsisten atau manakala digunakan untuk mengukur hal yang sama dalam waktu berbeda hasilnya sama atau mendekati sama. Perhitungan reliabilitas alat ukur ini dilakukan dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2019, p. 89). Rumus untuk menghitung reliabilitas adalah sebagai berikut.

Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.922	36

*Sumber: Output SPSS 26, Data diolah (2024)*

## G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif. Nurdin dan Hartati (2019, p. 204) menyatakan bahwa analisis data secara deskriptif adalah teknik analisis yang digunakan dalam menganalisis data dengan membuat gambaran data-data yang terkumpul tanpa membuat generalisasi dari hasil penelitian tersebut. Beberapa yang termasuk di dalam teknik analisis data secara deskriptif misalnya menyajikan data ke dalam bentuk: grafik, tabel, presentasi, frekuensi, diagram, dan lain-lain. Cara perhitungan analisis data adalah dengan mencari besarnya frekuensi relatif persentase dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi Data

N = Jumlah Sampel/Responden

Teknik analisis data menggunakan persentase Penilaian Acuan Patokan (PAP). Berdasarkan pendapat Azwar (2016, p. 136 ) penilaian acuan patokan adalah menilai dengan membandingkan hasil tes dengan persentase yang sudah disusun. Ada 5 kategori yang digunakan yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang,

rendah, sangat rendah. Rumus yang digunakan dalam menyusun kategori tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Acuan Patokan Penilaian

No.	Rentang Norma	Kategori
1.	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2.	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3.	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4.	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5.	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016)

Keterangan:

M = Nilai rata-rata (*mean*)

X = Skor (nilai dari peserta didik)

S = Standar deviasi

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Hasil penelitian mengenai tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi diperoleh melalui penelitian dengan melakukan penyebaran angket yang terdiri dari 36 butir pernyataan kepada 261 peserta didik. Data hasil penelitian yang sudah terkumpul selanjutnya disusun dan dianalisis dengan perhitungan statistik deskriptif. Hasil analisis data terkait dengan kecerdasan emosional peserta didik di SMP Negeri 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi dari 261 responden diperoleh nilai rata-rata (*mean*) 111,32; nilai tengah (*median*) 112; perolehan dengan frekuensi terbanyak (*mode*) 113; standar deviasi 9,23; nilai minimum 80; dan nilai maksimum 135. Hasil analisis data ini disajikan dalam bentuk tabel statistik deskriptif sebagai berikut:

Tabel 9. Deskripsi Statistik Tingkat Kecerdasan Emosional

<b><i>Descriptive Statistic</i></b>	
<i>N</i>	261
<i>Mean</i>	111,32
<i>Median</i>	112
<i>Mode</i>	113
<i>Standard Deviation</i>	9,23
<i>Minimum</i>	80
<i>Maximum</i>	135

Selanjutnya hasil data tersebut diklasifikasikan menjadi 5 kategori, yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah yang mengacu pada rumus PAN (Penilaian Acuan Norma). Pengkategorian tersebut dihitung dari nilai rata-rata (*mean*) dan standar deviasi. Distribusi frekuensi tingkat

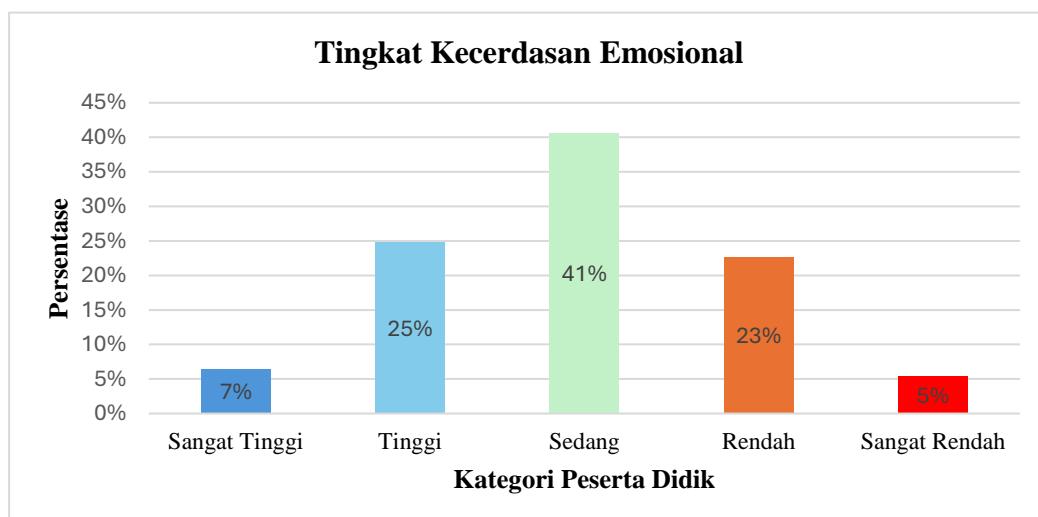
kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi secara umum disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi

No.	Kelas Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1.	$125,165 < X$	Sangat Tinggi	17	7%
2.	$115,935 < X \leq 125,165$	Tinggi	65	25%
3.	$106,705 < X \leq 115,935$	Sedang	106	41%
4.	$97,475 < X \leq 106,705$	Rendah	59	23%
5.	$X \leq 97,475$	Sangat Rendah	14	5%
<b>Jumlah</b>			<b>261</b>	<b>100%</b>

Apabila data tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram batang, maka tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten secara umum dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi



Berdasarkan hasil analisis data yang tersaji dalam tabel dan diagram batang di atas dapat diketahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi. Hasil analisis data tersebut yaitu berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 7% (17 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 25% (65 peserta didik), kategori “sedang” sebesar 41% (106 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 23% (59 peserta didik), dan kategori “sangat rendah” sebesar 5% (14 peserta didik). Berdasarkan analisis deskriptif yang telah dilakukan oleh peneliti, diperoleh hasil penelitian tentang tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMP Negeri 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi dalam kategori “sedang”.

Selanjutnya, peneliti menganalisis hasil penelitian tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan beberapa aspek, yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial dijelaskan secara rinci sebagai berikut:

### **1. Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Aspek Kesadaran Diri**

Dalam mengukur tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi pada aspek kesadaran diri, responden diberikan 5 pertanyaan dari total 36 butir pertanyaan. Hasil analisis deskriptif tingkat kecerdasan emosional peserta didik berdasarkan aspek kesadaran diri diperoleh nilai rata-rata (*mean*) 15,59; nilai tengah (*median*) 15; perolehan dengan frekuensi terbanyak (*mode*) 15; standar deviasi 1,85; nilai minimum 9; dan nilai maksimum 20. Hasil analisis statistik data disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 11. Deskripsi Statistik Aspek Kesadaran Diri

<i>Descriptive Statistic</i>	
<i>N</i>	261
<i>Mean</i>	15,59
<i>Median</i>	15
<i>Mode</i>	15
<i>Standard Deviation</i>	1,85
<i>Minimum</i>	9
<i>Maximum</i>	20

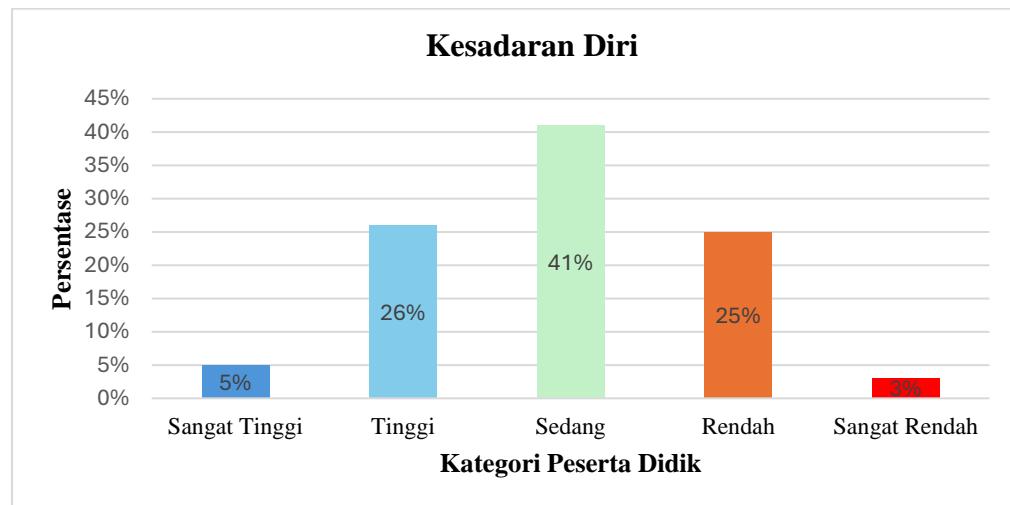
Selanjutnya hasil analisis data tersebut disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk memudahkan dalam melakukan pengkategorian. Apabila ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi norma penilaian, maka data tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek kesadaran diri disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Kesadaran Diri

No.	Kelas Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1.	$18,365 < X$	Sangat Tinggi	13	5%
2.	$16,515 < X \leq 18,365$	Tinggi	68	26%
3.	$14,665 < X \leq 16,515$	Sedang	106	41%
4.	$12,815 < X \leq 14,665$	Rendah	65	25%
5.	$X \leq 12,815$	Sangat Rendah	9	3%
<b>Jumlah</b>			<b>261</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten berdasarkan aspek kesadaran diri adalah sebagai berikut:

Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Berdasarkan Aspek Kesadaran Diri



Berdasarkan hasil analisis data yang tersaji dalam tabel dan diagram batang di atas, dapat diketahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek kesadaran diri yaitu pada kategori “sangat tinggi” sebesar 5% (13 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 26% (68 peserta didik), kategori “sedang” sebesar 106% (41 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 25% (65 peserta didik), dan kategori “sangat rendah” sebesar 3% (9 peserta didik). Berdasarkan hasil analisis data tersebut, maka tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek kesadaran diri berada pada kategori “sedang”.

## 2. Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Aspek Pengaturan Diri

Dalam mengukur tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi pada aspek pengaturan diri, responden diberikan 8 pertanyaan dari total 36 butir pertanyaan. Hasil

analisis deskriptif kecerdasan emosional berdasarkan aspek pengaturan diri diperoleh nilai rata-rata (*mean*) 21,87; nilai tengah (*median*) 20; perolehan dengan frekuensi terbanyak (*mode*) 21; standar deviasi 2,75; nilai minimum 15; dan nilai maksimum 31. Hasil analisis statistik disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 13. Deskripsi Statistik Aspek Pengaturan Diri

<i>Descriptive Statistic</i>	
<i>N</i>	261
<i>Mean</i>	21,87
<i>Median</i>	20
<i>Mode</i>	21
<i>Standard Deviation</i>	2,75
<i>Minimum</i>	15
<i>Maximum</i>	31

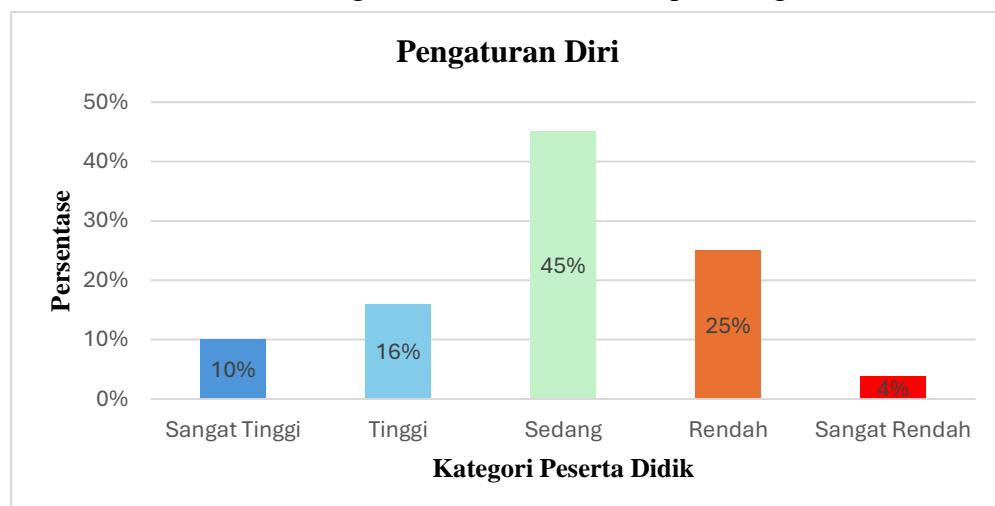
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek pengaturan diri dapat disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Pengaturan Diri

No.	Kelas Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1.	$25,995 < X$	Sangat Tinggi	25	10%
2.	$23,245 < X \leq 25,995$	Tinggi	41	16%
3.	$20,495 < X \leq 23,245$	Sedang	118	45%
4.	$17,745 < X \leq 20,495$	Rendah	66	25%
5.	$X \leq 17,745$	Sangat Rendah	11	4%
<b>Jumlah</b>			<b>261</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten berdasarkan aspek pengaturan diri adalah sebagai berikut:

Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Pengaturan Diri



Berdasarkan hasil analisis data yang tersaji dalam tabel dan diagram batang di atas dapat diketahui kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek pengaturan diri yaitu pada kategori “sangat tinggi” sebesar 10% (25 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 16% (41 peserta didik), kategori “sedang” sebesar 45% (118 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 25% (66 peserta didik), dan kategori “sangat rendah” sebesar 4% (11 peserta didik). Berdasarkan hasil tersebut, maka tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek pengaturan diri dalam kategori “sedang”.

### 3. Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Aspek Motivasi Diri

Data kecerdasan emosional peserta didik SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek motivasi diri diukur dengan 7 butir pertanyaan dari 30 butir pertanyaan. Hasil analisis data diperoleh nilai rata-rata (*mean*) 23,60; nilai tengah (*median*) 24; perolehan dengan frekuensi terbanyak (*mode*) 24; standar deviasi 2,385; nilai minimum 16; dan nilai maksimum 28. Hasil analisis statistik disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 15. Deskripsi Statistik Aspek Motivasi Diri

<i>Descriptive Statistic</i>	
<i>N</i>	261
<i>Mean</i>	23,60
<i>Median</i>	24
<i>Mode</i>	24
<i>Standard Deviation</i>	2,385
<i>Minimum</i>	16
<i>Maximum</i>	28

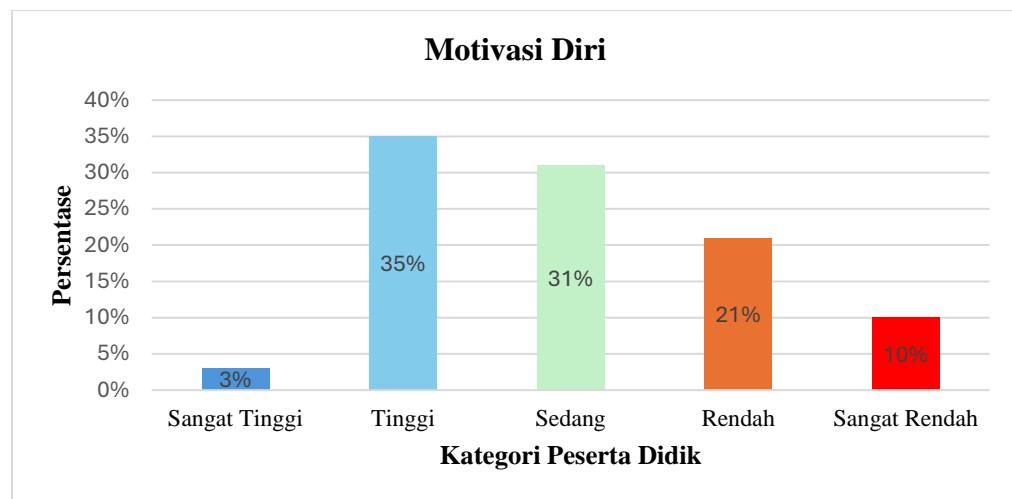
Apabila ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek motivasi adalah sebagai berikut:

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Motivasi Diri

No.	Kelas Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1.	$27,177 < X$	Sangat Tinggi	8	3%
2.	$24,792 < X \leq 27,177$	Tinggi	91	35%
3.	$22,408 < X \leq 24,792$	Sedang	82	31%
4.	$20,023 < X \leq 22,792$	Rendah	55	21%
5.	$X \leq 20,023$	Sangat Rendah	25	10%
<b>Jumlah</b>			<b>261</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten berdasarkan aspek motivasi diri adalah sebagai berikut:

Gambar 5. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Motivasi Diri



Berdasarkan hasil analisis data yang tersaji dalam tabel dan diagram batang di atas dapat diketahui kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek motivasi diri yaitu pada kategori “sangat tinggi” sebesar 3% (8 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 35% (91 peserta didik), kategori “sedang” sebesar 31% (82 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 21% (55 peserta didik), dan kategori “sangat rendah” sebesar 10% (25 peserta didik). Berdasarkan hasil tersebut, maka tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek motivasi diri berada dalam kategori “tinggi”.

#### 4. Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Aspek Empati

Data tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek motivasi diri diukur dengan 7 butir pertanyaan dari 30 butir pertanyaan. Hasil analisis data diperoleh nilai rata-rata (*mean*) 25,73; nilai tengah (*median*) 26; perolehan dengan frekuensi terbanyak (*mode*) 26; *standar deviasi* 2,85; nilai minimum 17; dan nilai maksimum 32. Hasil analisis disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 17. Deskripsi Statistik Aspek Mengenali Emosi Orang Lain

<i>Descriptive Statistic</i>	
<i>N</i>	261
<i>Mean</i>	25,73
<i>Median</i>	26
<i>Mode</i>	26
<i>Standard Deviation</i>	2,85
<i>Minimum</i>	17
<i>Maximum</i>	32

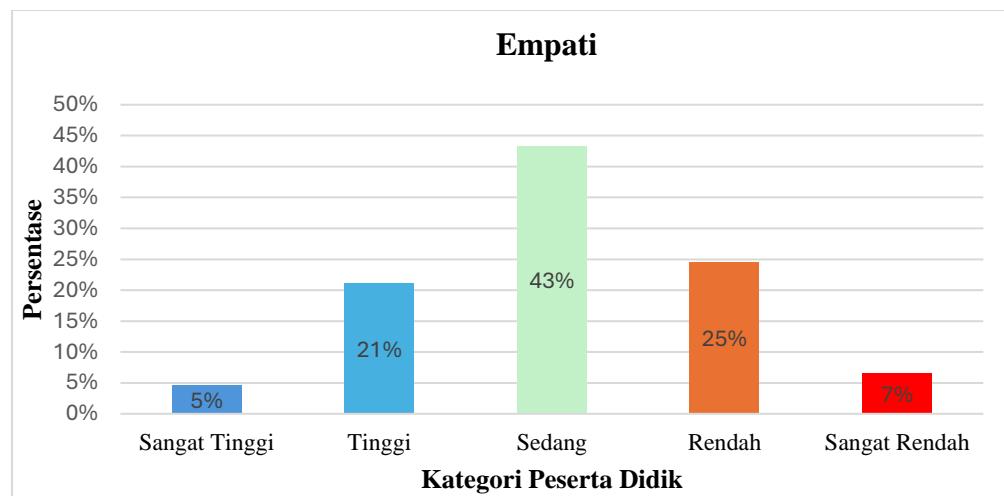
Apabila ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek empati adalah sebagai berikut:

Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Empati

No.	Kelas Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1.	$30 < X$	Sangat Tinggi	12	5%
2.	$27,155 < X \leq 30$	Tinggi	55	21%
3.	$24,305 < X \leq 27,155$	Sedang	113	43%
4.	$21,455 < X \leq 24,305$	Rendah	64	25%
5.	$X \leq 21,455$	Sangat Rendah	17	7%
<b>Jumlah</b>			<b>261</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten berdasarkan aspek empati atau mengenali emosi orang lain adalah sebagai berikut:

Gambar 6. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan aspek Empati



Berdasarkan hasil analisis data yang tersaji dalam tabel dan diagram batang di atas dapat diketahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek empati yaitu pada kategori “sangat tinggi” sebesar 5% (12 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 21% (55 peserta didik), kategori “sedang” sebesar 43% (113 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 25% (64 peserta didik), dan kategori “sangat rendah” sebesar 7% (17 peserta didik). Berdasarkan hasil tersebut, maka tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek empati atau mengenali emosi orang lain dalam kategori “sedang”.

## 5. Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Aspek Keterampilan Sosial

Dalam mengukur tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi pada aspek keterampilan sosial, responden diberikan 8 pertanyaan dari total 36 butir pertanyaan. Hasil analisis data diperoleh nilai rata-rata (*mean*) 24,5; nilai tengah (*median*) 24; modus (*mode*) 23; standar deviasi 2,79; nilai minimum 14; dan nilai maksimum 32. Hasil analisis statistik disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 19. Deskripsi Statistik aspek Membina Hubungan

<i>Descriptive Statistic</i>	
<i>N</i>	261
<i>Mean</i>	24,5
<i>Median</i>	24
<i>Mode</i>	23
<i>Standard Deviation</i>	2,79
<i>Minimum</i>	14
<i>Maximum</i>	32

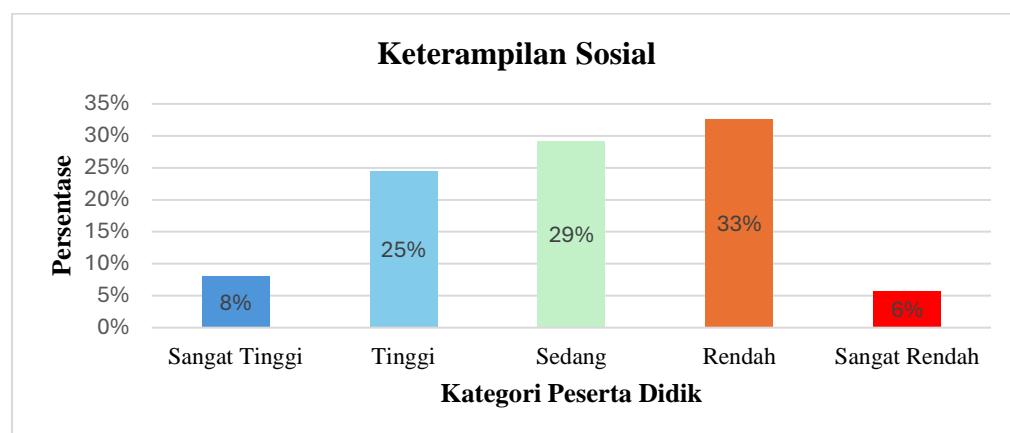
Apabila ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek keterampilan sosial adalah sebagai berikut:

Tabel 20. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan aspek Keterampilan Sosial

No.	Kelas Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1.	$28,685 < X$	Sangat Tinggi	21	8%
2.	$25,895 < X \leq 28,685$	Tinggi	64	25%
3.	$23,105 < X \leq 25,895$	Sedang	76	29%
4.	$20,315 < X \leq 23,105$	Rendah	85	33%
5.	$X \leq 20,315$	Sangat Rendah	15	6%
<b>Jumlah</b>			<b>261</b>	<b>100%</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten berdasarkan aspek empati atau mengenali emosi orang lain adalah sebagai berikut:

Gambar 7. Diagram Batang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1 Sagaranten Berdasarkan Aspek Keterampilan Sosial



Berdasarkan hasil analisis data yang tersaji dalam tabel dan diagram batang di atas dapat diketahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek keterampilan sosial yaitu pada kategori “sangat tinggi” sebesar 8% (21 peserta didik), kategori “tinggi” sebesar 25% (64 peserta didik), kategori “sedang” sebesar 29% (76 peserta didik), kategori “rendah” sebesar 33% (85 peserta didik), dan kategori “sangat rendah” sebesar 6% (15 peserta didik). Berdasarkan hasil tersebut, maka tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berdasarkan aspek membina hubungan dalam kategori “rendah”.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi. Penelitian ini menggunakan peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi sebagai subjek penelitian dengan jumlah 261 responden. Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan memberikan angket yang berisi 36 butir pernyataan yang dibagi menjadi lima aspek yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten terbagi dalam lima kategori: sedang (41%), tinggi (25%), rendah (23%), sangat tinggi (7%) dan sangat rendah (5%).

Berdasarkan penelitian yang telah diperoleh dapat dikatakan bahwa tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berada pada kategori sedang. Artinya, sebagian besar peserta didik sudah memiliki cukup kemampuan dalam mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, memahami emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain. Pada kategori ini, peserta didik cukup mampu mengendalikan emosi mereka dengan tidak langsung bereaksi berlebihan di hadapan orang lain. Mereka dapat menilai situasi secara lebih kritis dan memilih waktu yang tepat serta cara yang lebih diterima untuk mengungkapkan perasaan mereka, sesuai dengan pandangan Hurlock yang menyatakan bahwa remaja sudah mulai mampu berpikir lebih rasional sebelum bereaksi secara emosional (Maryam & Fatmawati, 2018, p. 71).

Sementara itu, 25% peserta didik berada dalam kategori tinggi dan 7% dalam kategori sangat tinggi menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan kecerdasan emosional yang baik. Namun, masih terdapat sebanyak 23% peserta didik yang berada dalam kategori rendah dan 5% sangat rendah menunjukkan perlunya perhatian lebih untuk meningkatkan kemampuan kecerdasan emosional mereka. Penelitian Faturrahman dan Ridhuan (2024, pp. 337-341) pembelajaran pendidikan jasmani kolaboratif yang melibatkan aktivitas permainan tim efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara bijaksana. Goleman (2024, p. 56) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional meliputi beberapa aspek kemampuan: (1) kesadaran diri; (2) pengaturan diri; (3) motivasi diri; (4) empati; dan (5) keterampilan sosial.

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami perasaan, pikiran, serta tindakan diri sendiri, dan bagaimana hal tersebut memengaruhi orang lain. Hasil analisis data menunjukkan bahwa kesadaran diri peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi terbagi dalam lima kategori: sedang (41%), tinggi (26%), rendah (25%), sangat tinggi (5%), dan sangat rendah (3%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi memiliki kesadaran diri pada kategori sedang.

Sebanyak 41% peserta didik berada dalam kategori kesadaran diri sedang. Artinya, sebagian besar peserta didik cukup mampu dalam mengenali emosi diri

sendiri dalam berbagai situasi, memahami penyebabnya, menyadari dampaknya terhadap perilaku dan keputusan, serta mengetahui kekuatan dan kelemahan diri, meskipun masih membutuhkan pembinaan lebih lanjut. Lestari et al. (2019, p. 15) menyebutkan masa remaja adalah masa dimana terjadinya fluktuasi emosi yang intensitas waktunya lebih sering. Emosi yang terjadi pada masa remaja lebih dapat terprovokasi lingkungan luar sehingga peserta didik baru menyadari keterkaitan antara perasaan mereka dengan apa yang mereka pikirkan.

Sementara itu, 26% peserta didik memiliki kesadaran diri tinggi dan 5% sangat tinggi. Artinya peserta didik sudah mampu menyadari emosi yang sedang menghinggapi pikirannya dan ia dapat menguasainya. Habsy et al. (2023, pp. 640) mengatakan bahwa hal ini dipengaruhi karena pada tahap perkembangan remaja awal peserta didik telah mampu membedakan mana yang baik dan yang tidak baik karena aspek ini merupakan tujuan dari mengenali emosi.

Namun, masih terdapat 25% peserta didik berada dalam kategori rendah dan 3% sangat rendah. Artinya peserta didik belum cukup mampu mengenali dan mengetahui penyebab dari emosi. Hal ini bisa dipengaruhi oleh faktor kematangan dan faktor belajar yang tidak berfungsi sebagaimana mestinya sehingga ia tidak mampu menguasai emosi pada dirinya. Oleh karena itu, diperlukan intervensi khusus untuk meningkatkan kesadaran diri mereka. Penelitian Ramadhan et al. (2023, pp. 385-391) menyebutkan program pelatihan berbasis refleksi diri yang dikombinasikan dengan aktivitas olahraga seperti permainan tim dapat membantu peserta didik mengenali kekuatan dan kelemahan mereka.

Pengaturan diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur dan mengelola emosi, pikiran, dan tindakan agar tetap terkendali dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Hasil analisis data menunjukkan bahwa kemampuan pengaturan diri peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi terbagi dalam lima kategori: sedang (45%), rendah (25%), dan tinggi (16%), sangat tinggi (10%) dan sangat rendah (4%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi memiliki kemampuan pengaturan diri dalam kategori sedang.

Sebanyak 45% peserta didik SMPN 1 Sagaranten memiliki kemampuan pengaturan diri dalam kategori sedang. Ini menunjukkan bahwa mereka cukup mampu mengendalikan emosi, menenangkan diri saat stres, mengelola tekanan, dan beradaptasi dengan perubahan serta tantangan. Namun, pada aspek ini terkadang mereka mengalami kesulitan dalam memahami dan mengartikan perasaan mereka sendiri, yang dapat memicu perubahan sikap atau pemikiran secara tiba-tiba (Goleman, 2024, p. 113).

Sebanyak 25% peserta didik memiliki pengaturan diri yang rendah dan 4% sangat rendah. Artinya peserta didik belum mampu mengelola emosi mereka dengan baik. Kondisi ini bisa disebabkan oleh perkembangan emosi yang dipengaruhi oleh faktor kematangan dan proses belajar karena belum berkembang secara optimal. Kemampuan peserta didik dalam mengendalikan emosi dan menghadapi tekanan masih terbatas, sehingga diperlukan intervensi khusus untuk membantu mereka meningkatkan pengaturan diri.

Sebanyak 16% peserta didik memiliki pengaturan diri yang tinggi dan 10% sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mereka mampu mengelola emosi dan dorongan impulsif dengan baik, sehingga tetap dapat berpikir jernih dan fokus meskipun berada dalam situasi yang menekan. Keterampilan ini memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan dengan lebih tenang dan mengambil keputusan secara bijaksana (Goleman 2024, p. 130).

Motivasi adalah dorongan dalam diri seseorang untuk melakukan suatu aktivitas demi mencapai apa yang diinginkan. Hasil analisis data menunjukkan bahwa motivasi diri peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi terbagi dalam lima kategori: tinggi (35%), sedang (31%), rendah (21%), sangat rendah (10%) dan sangat tinggi (3%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi memiliki kemampuan motivasi diri dalam kategori tinggi.

Sebanyak 35% peserta didik memiliki motivasi diri tinggi dan 3% sangat tinggi. Artinya sudah memiliki kemampuan dalam menetapkan tujuan belajar dan berusaha mencapainya meskipun menghadapi berbagai tantangan. Hal ini sejalan dengan pandangan Zarkasi dalam Lestari et al. (2019, p. 16) menyatakan bahwa pada usia remaja, terdapat dorongan kuat dalam diri individu untuk bertindak sesuai dengan kebutuhannya, sehingga memunculkan semangat dan optimisme dalam mewujudkan keinginan. Peserta didik dengan motivasi tinggi mampu mengembangkan keinginan tersebut menjadi kenyataan dan tidak mudah menyerah meskipun mengalami kegagalan.

Sebanyak 31% peserta didik memiliki motivasi diri dalam kategori sedang.

Artinya mereka sudah cukup mampu dalam menentukan tujuan yang diinginkan.

Pada masa remaja, terjadi berbagai perubahan perkembangan, termasuk aspek psikoseksual, hubungan dengan orang tua, dan pembentukan cita-cita yang terkait dengan orientasi masa depan. Proses ini membuat motivasi remaja cenderung fluktuatif, dipengaruhi oleh dinamika emosi, pengalaman, dan interaksi sosial yang mereka alami.

Namun, sebanyak 21% peserta didik memiliki motivasi diri rendah dan 10% sangat rendah. Artinya peserta didik belum memiliki kemampuan dalam memotivasi dirinya sendiri. Hal ini bisa terjadi pada usia remaja dimana dalam diri individu terdapat hubungan emosi dengan motivasi yang saling terikat. Peserta didik yang motivasinya rendah bisa dipengaruhi oleh ketegangan yang ada pada dirinya, dimana level ketegangan tersebut bisa tinggi dan bisa rendah sehingga dapat memengaruhi motivasi (Masron Mensih et al., 2021, pp. 37-48).

Empati adalah kemampuan seseorang untuk memahami dan merasakan apa yang dialami orang lain melalui isyarat seperti ekspresi wajah, nada suara, atau bahasa tubuh. Hasil analisis menunjukkan bahwa peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi memiliki empati yang terbagi dalam lima kategori: sedang (43%), rendah (25%), tinggi (21%), sangat rendah 7%, dan sangat tinggi 5%. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi memiliki tingkat empati yang sedang.

Sebanyak 43% peserta didik memiliki empati dalam kategori sedang.

Artinya mereka sudah memiliki cukup kemampuan dalam memahami dan

merasakan apa yang dirasakan orang lain serta mampu meresponsnya karena pada usia remaja peserta didik umumnya sudah matang secara fisik dan mental.

Namun, sebanyak 25% peserta didik berada dalam kategori rendah dan 7% sangat rendah. Hal ini menunjukkan perlunya perhatian khusus untuk meningkatkan kemampuan empati mereka. Remaja dengan tingkat empati rendah cenderung memiliki niat bermusuhan, sedangkan remaja dengan empati sedang hingga tinggi cenderung menunjukkan kurangnya niat bermusuhan (Rahmah et al., 2021 p. 3).

Sementara itu, sebanyak 21% peserta didik berada dalam kategori tinggi dan 5% dalam kategori sangat tinggi, ini mencerminkan kemampuan empati yang baik. Peserta didik mampu memahami dan merespons kebutuhan emosional teman-temannya dengan mudah, serta menunjukkan perhatian dan dukungan yang positif. Keterampilan ini membantu peserta didik membangun hubungan sosial yang lebih harmonis, penuh rasa saling menghargai, dan memperkuat interaksi sosial di lingkungan mereka.

Keterampilan sosial adalah kemampuan seseorang untuk membina hubungan dengan orang lain. Hasil analisis menunjukkan bahwa keterampilan sosial peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi terbagi dalam lima kategori: rendah (33%), sedang (29%), tinggi (25%), sangat tinggi 8%, dan sangat rendah 6%. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi memiliki kemampuan keterampilan sosial atau membina hubungan yang rendah.

Sebanyak 33% peserta didik menunjukkan keterampilan sosial yang rendah. Artinya peserta didik masih mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan juga belum memiliki kemampuan komunikasi yang baik. Keterampilan seperti berbagi, bekerja sama, dan berempati mungkin belum berkembang optimal, sehingga mereka cenderung menghindari interaksi sosial. Suatu studi menyebutkan bahwa peserta didik dengan keterampilan sosial rendah berisiko menghadapi masalah dalam membangun hubungan interpersonal yang dapat menghambat perkembangan pribadi dan akademis sehingga akan berdampak pada prestasi belajarnya (Sari et al., 2020, p. 37).

Sebanyak 29% peserta didik memiliki keterampilan sosial dalam kategori sedang. Artinya, peserta didik pada kategori ini sudah memiliki cukup kemampuan dalam membina hubungan dengan teman maupun guru. Ini menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam berinteraksi dibandingkan dengan kelompok rendah, meskipun masih terdapat ruang untuk perbaikan. Peserta didik dengan keterampilan sosial sedang memiliki potensi untuk berkembang lebih lanjut jika diberikan dukungan yang tepat, seperti program pembelajaran kolaborasi (Swastono & Setyandari, 2024, p. 294).

Sementara itu, 25% peserta didik memiliki keterampilan sosial yang tinggi. Peserta didik dalam kategori ini menunjukkan kemampuan komunikasi yang baik, mampu berkolaborasi dengan efektif, dan mampu menjaga hubungan yang baik dengan orang lain. Mereka cenderung aktif dalam kegiatan kelompok dan mampu memimpin serta menginspirasi teman-teman mereka. Penelitian (Nurlaila et al., 2021, p. 46) menunjukkan bahwa keberadaan peserta didik ini

sangat penting dalam menciptakan iklim kelas yang dinamis dan saling mendukung. Keterampilan ini sering kali didukung oleh lingkungan keluarga dan sekolah yang positif, di mana peserta didik diberikan kesempatan untuk berlatih dan mengembangkan keterampilan interpersonal mereka. Keberhasilan dalam meningkatkan keterampilan sosial peserta didik dapat dicapai melalui pendekatan pembelajaran inovatif dan partisipatif (Wahdani et al., 2024, p. 373).

Dari kelima aspek tersebut, tiga aspek berada pada kategori sedang dan dua aspek lainnya masing-masing berada pada kategori rendah dan tinggi. Aspek yang berada pada kategori sedang yaitu aspek kesadaran diri, pengaturan diri dan empati. Aspek yang berada pada kategori rendah yaitu keterampilan sosial dan aspek yang berada pada kategori tinggi yaitu motivasi diri. Aspek-aspek yang sudah berada pada kategori sedang dan tinggi menandakan bahwa peserta didik sudah memiliki cukup kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosi, memotivasi diri, dan berempati kepada orang lain. Namun, rendahnya aspek keterampilan sosial menunjukkan bahwa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam membina hubungan dengan orang lain. Hal ini menjadi tanggung jawab bersama khususnya guru PJOK di SMPN 1 Sagaranten untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan keterampilan sosialnya.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti telah berupaya semaksimal mungkin dalam melaksanakan penelitian, namun bukan berarti penelitian ini tanpa keterbatasan dan kekurangan. Dalam penelitian ini masih terdapat keterbatasan diantaranya:

1. Keterbatasan waktu penelitian menyebabkan konsentrasi peserta didik terganggu sehingga menunjang sulitnya peserta didik dalam memahami angket.
2. Peneliti tidak dapat mengetahui serta mengendalikan tingkat kesungguhan responden dalam pengisian data kuesioner penelitian. Peneliti telah berusaha meminimalisir kesalahan terutama dalam memberikan gambaran mengenai maksud dan tujuan penelitian ini.
3. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan dari hasil isian angket, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam proses pengisian angket.
4. Angket yang tidak valid seharusnya diperbaiki dan dilakukan uji coba ulang pada responden dengan cara memberikan sejumlah butir pertanyaan yang dianggap tidak valid tersebut.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 5% dengan jumlah 14 peserta didik, kategori “rendah” sebesar 23% dengan jumlah 59 peserta didik, kategori “sedang” sebesar 41% dengan jumlah 106 peserta didik, kategori “tinggi” sebesar 25% dengan jumlah 65 peserta didik, dan kategori “sangat tinggi” sebesar 7% dengan jumlah 17 peserta didik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi berada dalam kategori sedang.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan sebelumnya, maka implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini memberikan gambaran mengenai tingkat kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi.
2. Temuan penelitian ini dapat menjadi acuan bagi sekolah dan guru dalam mengembangkan kecerdasan emosional peserta didik untuk mendukung pencapaian tujuan pembelajaran secara optimal.
3. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai kajian ilmiah dalam pengembangan ilmu pendidikan jasmani kedepannya.

## C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang kecerdasan emosional peserta didik di SMP Negeri 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi, beberapa saran dapat diajukan sebagai berikut:

### 1. Bagi Sekolah

Sekolah disarankan untuk mengintegrasikan program pengembangan kecerdasan emosional dalam kegiatan belajar mengajar, khususnya pada pembelajaran pendidikan jasmani. Program ini dapat mencakup pelatihan guru, pembentukan kelompok diskusi, dan kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung perkembangan sosial emosional peserta didik.

### 2. Bagi Guru

Guru pendidikan jasmani disarankan untuk mengembangkan metode pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan, seperti permainan tim dan proyek kolaboratif, yang dapat meningkatkan keterampilan emosional peserta didik, seperti kerja sama, empati, dan pengendalian diri selama proses belajar mengajar.

### 3. Bagi Peserta Didik

Peserta didik disarankan untuk aktif berpartisipasi dalam setiap kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dengan sikap positif dan keterbukaan untuk belajar mengelola emosi serta membangun hubungan sosial yang baik dengan teman sebaya dan guru.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan variabel lain, seperti lingkungan keluarga, motivasi belajar, dan dukungan sosial, yang mungkin memengaruhi tingkat kecerdasan emosional peserta didik. Selain itu, penggunaan metode penelitian yang berbeda, seperti studi eksperimen dapat memberikan hasil yang lebih mendalam dan komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aderoben, A., Darmawan, W., & Saripudin, D. (2024). Peran Empati dalam Pengajaran Sejarah: Tinjauan Literatur. *Jayapangus Press Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 132–151.
- Alwi, S. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Agresivitas Remaja. *ITQAN : Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 10(1), 113–128. <https://doi.org/10.47766/itqan.v10i1.517>
- Ana, I. N. D. A. (2020). Jurnal Pendidikan dan Literasi pendidikan. *Japri edukasi*, 1(1), 1–10.
- Anam, W. K. (2020). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Motivasi Belajar (Studi Kasus di Madrasah Aliyah Al-Mubarok Uman Agung Kecamatan Bandar Mataram). *DIMAR: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 094–108.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: suatu pendekatan praktik. (Edisi revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, & Saifuddin. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bete, D. T., & Saidjuna, M. K. (2022). Implementasi Permainan Tradisional Benteng Dalam Pembelajaran Penjas Terhadap Pembentukan Perilaku Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 5(2), 70–79.
- Cahyaningtiyas, E. (2022). Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik. *Epik: Jurnal Edukasi Penerapan Ilmu Konseling*, 1(2), 71–80.
- Ciotto, C. M., & Gagnon, A. G. (2018). Promoting Social and Emotional Learning in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(4), 27–33. [https://doi.org/https://doi.org/10.1080/07303084.2018.1430625](https://doi.org/10.1080/07303084.2018.1430625)
- Dikdasmen. (2021). *Modul Belajar Mandiri Calon Guru ASN dan PPPK Bidang Studi PJOK SMP,SMA, SMK*. Jakarta: Dikdasmen Kemendikbud.
- Faizah, L. B. L., & Santoso, M. (2024). Anlisis Pembelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan dan Penanaman Karakter Siswa di MTs Ma'arif NU 2 Sutojayan. *SILABUS : Jurnal Ilmu dan Inovasi Pendidikan*, 1(2), 63–72.
- Faturrahman, F., & Ridhuan, S. (2024). Upaya Peningkatan Kecerdasan Emosional Melalui Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Tiam Games Tournament (TGT) Dalam Pembelajaran PJOK Di SDN Cikokol 3, 09(September), 337–341.

- Firdaus, Z. (2022). Pengaruh Pendidikan Agama Islam Dan Budaya Religius Sekolah Terhadap Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di Mi Batunadua Kota .... *Dirasatul Ibtidaiyah*, 10(2), 25–38.
- Firmadani, F. (2020). Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Sebagai Inovasi Pembelajaran Era Revolusi Industri 4.0. *Prosiding Konferensi Pendidikan Nasional*, 2(1), 93–97.
- Fitriati, A. S. (2023). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Nilai Prestasi Belajar PAI di SDN 04 Cililin. *INTIHA: Islamic Education Journal*, 1(1), 52–58.
- Girsang, M. J., & Syahrial, H. (2021). Pengaruh Kepemimpinan dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kinerja Karyawan Pada Persahaan Umum Perumahan Nasional Regional 1 Medan Sumatera Utara. *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Bisnis (JIMBI)*, 2(1), 9–21. <https://doi.org/10.31289/jimbi.v2i1.461>
- Goleman, D. (2024). *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ)* Edisi Digital. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Habsy, B. A., Zahra, K. F. A., Sholikah, E. B., & Salma, T. (2023). Memahami Konsep Emosi dan Konsep Diri Siswa dan Pengaruhnya terhadap Pembelajaran. *Tsaqofah*, 4(2), 623–641. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v4i2.2342>
- Hafizha, R. (2022). Profil Self-awareness Remaja. *Journal of Education and Counseling (JECO)*, 2(1), 159–166. <https://doi.org/10.32627/jeco.v2i1.416>
- Handayani, I. N. (2022). Stimulasi Kecerdasan Majemuk (Multiple Intelligences) Melalui Pendekatan Saintifik (Scientific Approach) untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Raudhah*, 10(1). <https://doi.org/10.30829/raudhah.v10i1.1656>
- Hasanuddin, H. (2021). Gambaran Dominasi Kecerdasan Jamak dan Pengaruhnya Terhadap Gaya Belajar Mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 7(1), 97–105. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i1.5140>
- Hastuti, R., Rahman, U., & Muchlisah. (2019). Pengaruh Regulasi Diri (Self Regulation) Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Biologi Pada Peserta Didik Kelas XI Mia Man 1 Bulukumba. *Jurnal Al-Ahya V*, 1(1), 42–52. Diambil dari <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/alahya/article/view/8074>
- Hidayah, N., Mukmin, M., & Rahma, M. (2021). Kecerdasan Dan Kepribadian Siswa di SMP IT Fathona Palembang Dan Pengaruhnya Terhadap Kemampuan Berbicara. *Taqdir*, 7(1), 115–130. <https://doi.org/10.19109/taqdir.v7i1.8455>

- Husdarta, H. J. . (2022). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Isroani, F., Mahmud, S., Qurtubi, A., & Pebriana, P. H. R. K. (2023). *Psikologi Perkembangan* (Juni 2023). Sumatra Barat: Mitra Cendekia Media.
- Iswanto, A., & Widayanti, E. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Efektif. *Majalah Ilmiah Olahraga*, 48(2), 39–62. Diambil dari [www.ine.es](http://www.ine.es)
- Jahja, & Yudrik. (2015). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Prenadamedia Grup.
- Lestari, D. P., Sofah, R., & Putri, R. M. (2019). Tingkat Kecerdasan Emosi Peserta Didik Kelas Xi Di Sma Negeri 15 Palembang. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 11–20. <https://doi.org/10.36706/jkk.v6i1.8498>
- Maitrianti, C. (2021). Hubungan Kecerdasan Interpersonal Dengan Kecerdasan Emosional. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 291–305. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i2.3289>
- Maryam, S., & Fatmawati, F. (2018). Kematangan Emosi Remaja Pelaku Bullying. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(2), 69–74. <https://doi.org/10.17977/um001v3i22018p069>
- Masron Mensih, Fauziah Ibrahim, & Nazirah Hassan. (2021). Hubungan Antara Motivasi Pencapaian, Kecerdasan Emosi Dan Ketahanan Diri Dalam Kalangan Mahasiswa Kerja Sosial. *e-Bangi Journal of Social Science and Humanities*, 18(1), 37–48.
- Matulessy, M., & Rahardja, S. L. (2021). Self-Regulation dan Self-Motivation : Apakah berpengaruh terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas II XYZ School Sunter Jakarta ?, 12(2), 332–343.
- Méndez-Giménez, A., Cecchini, J. A., & García-Romero, C. (2020). Profiles of emotional intelligence and their relationship with motivational and well-being factors in physical education. *Psicología Educativa*, 26(1), 27–36. <https://doi.org/10.5093/PSED2019A19>
- Moniaga, L. H., La’bi, S. D., & Prasetyo, F. (2024). Kecerdasan Emosi (EQ) dalam Meningkatkan Kemampuan Belajar Siswa, 2(1), 36–45.
- Muali, C., & Fatmawati, S. (2022). Peran Orang Tua Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak; Analisis Faktor dan Strategi dalam Perspektif Islam. *Fitrah: Journal of Islamic Education*, 3(2), 85–100. <https://doi.org/10.53802/fitrah.v3i2.135>
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>

- Nasrin, & Morsidi, A. H. (2019). Kecerdasan Emosi (Ei) Dan Perbezaan Gender Dalam Pekerjaan. *Jurnal Kinabalu*, (2001).  
<https://doi.org/10.51200/ejk.vi.1923>
- Nofriadi, N., & Pawirosumanto, S. (2024). Optimasi Pembelajaran: Strategi Meningkatkan Pemahaman Statistik melalui Pemahaman Kecerdasan Emosi, Spiritual, dan Intelektual Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 1(3), 13.  
<https://doi.org/10.47134/pjp.v1i3.2423>
- Nurdin, & Hartati. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Penerbit Media Sahabat Cendekia.
- Nurlaila, Oya, A., Ramdani, N., & Nurwalidainismawati. (2021). Peran Kolaborasi Daring Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial dan Keterlibatan Siswa Di Sekolah Dasar: Studi Bibliometrik. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 01(02), 7–8.
- Pane, A., & Darwis Dasopang, M. (2017). Belajar Dan Pembelajaran. *FITRAH: Jurnal Kajian Ilmu-ilmu Keislaman*, 3(2), 333–352.  
<https://doi.org/10.24952/fitrah.v3i2.945>
- Pangestu, P. F., Bolla, I. N., & Praghlapati, A. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja : Literature Review. *Journal Healthcare Education*, 1(2), 1–11.
- Puspitaningsari, M., & Rini, A. I. S. (2020). *Belajar Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Sukabumi: CV. Haura Utama.
- Putra, A., Damayanti, P. S., & Nurahmawati, N. (2021). Hubungan Keterampilan Sosial Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 2(3), 217–221. <https://doi.org/10.54371/ainj.v2i3.84>
- Rahmah, M. (2021). Pelatihan empati untuk mengurangi intensitas perilaku bullying pada remaja. *Psychological Journal: Science and Practice*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.22219/pjsp.v1i1.15856>
- Rahmatika, A., Manurung, A. A., & Ramadhani, F. (2023). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Augmented Reality untuk Meningkatkan Empati Anak Usia Dini dengan Metode MDLC (Multimedia Development Life Cycle). *sudo Jurnal Teknik Informatika*, 2(3), 122–130.  
<https://doi.org/10.56211/sudo.v2i3.330>
- Ramadhan, F., Rafid Setiawan, D., Kheisyah Alea, T., Trisna Rahayu, E., & Suherman, A. (2023). Pengaruh Teaching For Personal And Social Responsibility Model Dalam Pembelajaran Atletik Nomor Lari Estafet SMPN 1 Karawang Barat. *Jurnal Ilmiah Wahan Pendidikan*, 22(9), 385–391.

Republik Indonesia. Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003, Pub. L. No. 20 Tahun 2023 (2003). Indonesia.

- Rojali, A. P., Syafei, M. M., & Nugroho, S. (2021). Pemahaman Siswa terhadap Pembelajaran Permainan Sepakbola di Sekolah Menengah Atas pada Masa Pandemi Covid-19. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 118–126. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2778>
- Sari, P. A., Nurasyah, I., & Amalia, A. R. (2020). Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Melalui Model Make A Match Di Kelas Tinggi. *Jurnal Perseda*, III(1), 36–40.
- Setiawan, C. (2020). *Media pembelajaran untuk pendidikan jasmani dan pedagogi olahraga*. (N. R. Muktiiani, Ed.). Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sista, I. D., Mahmudi, I., & Sista, T. R. (2023). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Dengan Prestasi Akademik Siswa Kelas V KMI Pondok Modern Darussalam Gontor Ponorogo Kampus 1 Tahun Ajaran 2020-2021. *Jurnal Ilmiah Pesantren*, 9(1), 1209–1226.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: pendekatan kuantitatif, kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Ayu Alawiya Harmayanti, & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 8(3), 145–156.
- Swastono, A. F., & Setyandari, A. (2024). Tingkat Keterampilan Sosial Siswa Kelas 7 SMP Negeri 15 Yogyakarta Tahun Ajaran 2023 / 2024, (4).
- Sya'dullah, A. (2022). Kecerdasan Emosi Dan Konsep Diri Dengan Problem Solving Pada Mahasiswa. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 38–51. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.691>
- Syarweny, N. (2023). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Iklim Organisasi terhadap Kepuasan Kerja Dosen Politeknik Negeri Jakarta. *Journal of Management and Business Review*, 20(1), 81–101. <https://doi.org/10.34149/jmbr.v20i1.240>
- Ubago-Jiménez, J. L., González-Valero, G., Puertas-Molero, P., & García-Martínez, I. (2019). Development of emotional intelligence through physical activity and sport practice. A systematic review. *Behavioral Sciences*, 9(4), 8–13. <https://doi.org/10.3390/bs9040044>

- Utami, S. A., Damayanti, E., & Ismail, W. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Biologi Peserta Didik. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6138>
- Wahdani, I., Kania Rahman, I., & Triwulandari, R. (2024). Keterampilan sosial siswa korban bullying kelas IX SMP MQ Al-Islami Cikaret Cibinong. *Jurnal Pendidikan Islam*, 17(2), 373–388. <https://doi.org/10.32832/tawazun.v17i2>
- Wisnu Saputra, G., Aldy Rivai, M., Su, M., Lana Gust Wulandari, S., & Rosiana Dewi, T. (2017). Pengaruh Teknologi Informasi Terhadap Kecerdasan (Intelektual, Spiritual, Emosional Dan Sosial) Studi Kasus: Anak-Anak. *Studia Informatika: Jurnal Sistem Informasi*, 10(2), 77–88.
- Yulianingsih, D., & Lumban Gaol, S. M. (2019). Keterampilan Guru PAK Untuk Meningkatkan Minat Belajar Murid Dalam Proses Pembelajaran Di Kelas. *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematika dan Praktika*, 2(1), 100–119. <https://doi.org/10.34081/fidei.v2i1.47>
- Yulika, R. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di Smp Negeri 1 Sengkang. *Journal Uin Aluddin Makassar*, 8(2), 252–270.
- Zulkarnain, Z. (2018). Emosional : Tinjauan Al-Qur'an dan Relevansinya dalam Pendidikan. *Tarbawy : Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 183–197. <https://doi.org/10.32923/tarbawy.v5i2.836>

# **LAMPIRAN**

## Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor: 055.i/POR/VIII/2024

28 Agustus 2024

Lamp. : 1 bendel

Hal : Pembimbing Proposal TAS

Yth. Dr. Nur Rohmah Muktiiani, M.Pd.  
Departemen POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Indra Fitriadi  
NIM : 21601241144  
Judul Skripsi : TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK DI SMPN 1  
SAGARANTEN KABUPATEN SUKABUMI

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Departemen POR,

  
Dr. Ngatman, M.Pd.  
NIP. 19670605 199403 1 001

## Lampiran 2. Instrumen Uji Coba

### INSTRUMEN UJI COBA TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL

#### A. Identitas Responden

Nama : \_\_\_\_\_

Jenis Kelamin :  Laki-laki  Perempuan

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

#### B. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah dan pahami setiap butir pertanyaan dengan baik
2. Isilah angket ini yang sesuai dengan pengetahuan sampai dengan selesai dan tidak ada yang terlewatkan
3. Kerjakan secara individu tanpa terpengaruh dengan jawaban teman
4. Berilah tanda (✓) pada alternatif jawaban yang di pilih
5. Keterangan tentang jawaban

STS	: Sangat Tidak Setuju
TS	: Tidak Setuju
S	: Setuju
SS	: Sangat Setuju

No.	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
<b>Kesadaran Diri</b>					
1.	Saya dapat mengenali perasaan saya dalam berbagai situasi, seperti saat senang, sedih, dan marah				
2.	Saya menyadari perasaan saya ketika merasa senang ataupun sedih				

3.	Saya mengetahui apa yang membuat saya merasa cemas				
4.	Saya menyadari bahwa emosi dapat mempengaruhi cara saya berbicara				
5.	Saya sadar bahwa emosi dapat mempengaruhi cara saya bertindak				
6.	Saya percaya diri ketika berbicara di depan kelas di hadapan teman-teman				
7.	Saya menyadari bahwa rasa percaya diri penting untuk mencapai kesuksesan				
8.	Saya merasa tegang ketika menghadapi ujian				
<b>Pengaturan Diri</b>					
9.	Saya bisa tetap tenang ketika berbicara di depan kelas di hadapan guru dan teman-teman				
10.	Saya mudah marah ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan saya				
11.	Saya bisa tetap fokus dan berpikir jernih meskipun sedang emosi				
12.	Saya mengambil keputusan meskipun dalam keadaan marah				
13.	Saya kesulitan menenangkan diri ketika marah				
14.	Saya melakukan kegiatan positif seperti olahraga untuk mengurangi stres				
15.	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain				
16.	Saya beradaptasi dengan cepat dalam pembelajaran PJOK				
17.	Saya kesulitan menyesuaikan diri dengan tim atau kelompok yang baru				

<b>Motivasi Diri</b>					
18.	Saya yakin dengan belajar yang sungguh-sungguh cita-cita saya akan tercapai				
19.	Saya merasa senang ketika mendapatkan nilai ujian yang bagus				
20.	Saya berhenti belajar ketika menghadapi kesulitan				
21.	Saya berusaha memberikan yang terbaik dalam segala hal yang saya lakukan				
22.	Saya percaya bahwa usaha keras akan membawa hasil yang baik				
23.	Saya terus mencoba meskipun sering gagal mencapai tujuan				
24.	Saya segera memperbaiki diri setelah melakukan kesalahan				
<b>Empati</b>					
25.	Saya bisa memahami perasaan teman saya meskipun mereka tidak mengungkapkannya				
26.	Saya mampu menghargai pendapat teman meskipun berbeda pandangan				
27.	Saya cenderung mengabaikan siapapun yang membutuhkan pertolongan saya.				
28.	Saya bisa merasakan ketika teman saya sedang merasa sedih atau kecewa				
29.	Saya selalu mendengarkan siapapun dengan penuh perhatian				
30.	Saya senang ketika melihat teman saya mengalami kesulitan				
31.	Saya senang membantu teman yang sedang kesulitan				

32.	Saya bisa memahami perasaan teman-teman saya ketika mereka berbagi cerita				
<b>Keterampilan Sosial</b>					
33.	Saya bersikap ramah pada siapapun yang saya temui				
34.	Saya merasa senang bekerja sama dengan teman selama pembelajaran PJOK				
35.	Saya membantu teman yang mengalami kesulitan dalam latihan				
36.	Saya berbicara dengan tenang ketika menghadapi perselisihan dengan teman				
37.	Saya menyelesaikan perselisihan dengan teman melalui cara yang damai				
38.	Saya memberikan dorongan kepada teman agar mereka termotivasi				
39.	Saya kesulitan menyampaikan ide saya kepada teman-teman karena takut salah				
40.	Saya terbuka terhadap ide dan saran dari teman selama pembelajaran				

### Lampiran 3. Validasi Instrumen

#### **SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dr. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd.  
NIP : 197310062001122001  
Jurusan : Pendidikan Olahraga (POR)

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Indra Fitriadi  
NIM : 21601241144  
Program Studi : S1-Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Judul TA : Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di SMPN 1  
Sagaranen Kabupaten Sukabumi

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian
- Layak digunakan dengan revisi
- Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya

Yogyakarta, 22 November 2024

Validator,



Dr. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd.  
NIP. 197310062001122001

## Lampiran 4. Data Hasil Uji Coba Instrumen

Data hasil uji coba instrumen dengan 30 responden peserta didik SMPN 1 Sagaranten melalui *google form*.

R	Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06	Item07	Item08	Item09	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Item15	Item16	Item17	Item18	Item19	Item20
1	4	4	4	3	3	4	4	1	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4
2	3	3	4	4	3	3	4	1	2	2	4	3	2	4	4	4	3	3	4	4
3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
4	3	3	2	2	2	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4
5	3	3	3	4	2	3	4	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
6	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3
7	3	3	4	3	3	4	4	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	4	3
8	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4
9	3	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4
10	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3
11	3	4	3	3	2	2	4	1	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	4	3
12	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3
13	3	3	3	4	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3
14	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3
15	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	
16	3	3	4	3	3	3	4	3	2	1	2	2	3	3	3	4	3	2	4	4
17	4	4	2	4	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	4
18	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4
19	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	4	2	3	4	3	2	4	4	4	4
20	3	2	2	4	4	2	4	1	3	2	2	2	4	3	4	2	3	3	4	3
21	4	3	4	3	4	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3
22	3	3	3	3	2	2	4	2	2	3	2	2	3	4	3	3	2	3	4	4
23	4	4	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	4	3	3	4	4
24	4	3	4	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	4
25	3	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3
26	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4
27	3	3	2	2	2	3	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	4	3
28	4	3	3	4	1	2	3	4	3	1	1	4	1	3	3	3	3	4	3	3
29	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3
30	4	3	4	1	2	4	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	4	4	4

Item21	Item22	Item23	Item24	Item25	Item26	Item27	Item28	Item29	Item30	Item31	Item32	Item33	Item34	Item35	Item36	Item37	Item38	Item39	Item40	TOTAL
4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	130
4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	127
4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	127
3	4	2	3	3	3	3	3	1	4	4	3	1	3	2	4	3	2	3	3	118
3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	123
3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	112
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	134
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	135
4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	137
3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	117
4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	122
4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	125
3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	117
4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	139
4	4	1	3	4	3	4	3	4	4	4	3	1	2	3	3	3	2	4	4	115
4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	1	3	4	3	4	122
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	132
4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	137
3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	125
4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	1	2	2	119
4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	126
3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	118
4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	131
4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	123
3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	122
4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	2	2	122
3	4	3	3	3	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	110
4	2	1	2	1	3	2	4	1	1	4	1	3	2	3	2	1	2	1	1	101
3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	125
4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	127

## Lampiran 5. Hasil Uji Validitas Instrumen

### Correlations

		Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06
TOTAL	Pearson Correlation	.057	.543 **	.498 **	-.141	.481 **	.399 *
	Sig. (2-tailed)	.765	.002	.005	.457	.007	.029
	N	30	30	30	30	30	30

### Correlations

		Item07	Item08	Item09	Item10	Item11	Item12
TOTAL	Pearson Correlation	.515 **	.007	.364 *	.450 *	.553 **	-.004
	Sig. (2-tailed)	.004	.971	.048	.013	.002	.984
	N	30	30	30	30	30	30

### Correlations

		Item13	Item14	Item15	Item16	Item17	Item18
TOTAL	Pearson Correlation	.482 **	.493 **	.421 *	.399 *	.562 **	.397 *
	Sig. (2-tailed)	.007	.006	.021	.029	.001	.030
	N	30	30	30	30	30	30

### Correlations

		Item19	Item20	Item21	Item22	Item23	Item24
TOTAL	Pearson Correlation	.497 **	.420 *	.439 *	.387 *	.676 **	.707 **
	Sig. (2-tailed)	.005	.021	.015	.035	.000	.000
	N	30	30	30	30	30	30

### Correlations

		Item25	Item26	Item27	Item28	Item29	Item30
TOTAL	Pearson Correlation	.414 *	.469 **	.391 *	.434 *	.617 **	.542 **
	Sig. (2-tailed)	.023	.009	.033	.017	.000	.002
	N	30	30	30	30	30	30

### Correlations

		Item31	Item32	Item33	Item34	Item35	Item36
TOTAL	Pearson Correlation	.398 *	.517 **	.571 **	.606 **	.547 **	.615 **
	Sig. (2-tailed)	.029	.003	.001	.000	.002	.000
	N	30	30	30	30	30	30

### Correlations

		Item37	Item38	Item39	Item40	TOTAL
TOTAL	Pearson Correlation	.670 **	.601 **	.578 **	.468 **	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.009	
	N	30	30	30	30	30

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.922	36

## Lampiran 7. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1683/UN34.16/PT.01.04/2024

5 Desember 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Sagaranten  
Jl. Raya Cigadog, Sagaranten, Kec. Sagaranten, Kab. Sukabumi, Jawa Barat 43182

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	:	Indra Fitriadi
NIM	:	21601241144
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK DI SMPN 1 SAGARANTEN KABUPATEN SUKABUMI
Waktu Penelitian	:	Senin - Rabu, 9 - 11 Desember 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.  
NIP 19770218 200801 1 002

Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

## Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

**PEMERINTAH KABUPATEN SUKABUMI**  
**SMP NEGERI 1 SAGARANTEN**

JL. Raya Cigadog-Desa Sagaranten Kecamatan Sagaranten Kabupaten Sukabumi Provinsi Jawa Barat  
Tlp. (0266) 341023 Kode Pos: 43181 NPSN : 20202355 NSS : 20 102 0640 015 Email : smpn1sgr@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 400.3.11/ 082 / SMPN.1/2024

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama	: H.JAJULI, S.Pd.M.M.Pd
NIP	: 196610011988031006
Pangkat Gol	: Pembina Utama Muda IV/c
Jabatan	: Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa :

Nama	: INDRA FITRIADI
NIM	: 2160124114
Jurusan/Prodi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi S1
Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan ini kami menerangkan bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan Penelitian dengan judul Kecerdasan Emosional Peserta Didik di SMPN 1 Sagaranten Kabupaten Sukabumi Jawa Barat. Sejak tanggal 09 s/d 11 Desember 2024.

Demikian Surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Sagaranten, 11 Desember 2024  
Kepala,

  
H.Jajuli, S.Pd. M.M.Pd.  
NIP. 196610011988031006

## Lampiran 9. Instrumen Penelitian

### INSTRUMEN PENELITIAN

#### TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL

##### C. Identitas Responden

Nama : \_\_\_\_\_

Jenis Kelamin :  Laki-laki  Perempuan

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

##### D. Petunjuk Pengisian

1. Berdoalah sebelum mulai mengerjakan
2. Bacalah dan pahami setiap butir pertanyaan dengan baik
3. Isilah angket ini yang sesuai dengan pengetahuan sampai dengan selesai dan tidak ada yang terlewatkan
4. Kerjakan secara individu tanpa terpengaruh dengan jawaban teman
5. Berilah tanda (✓) pada alternatif jawaban yang di pilih
6. Keterangan tentang jawaban

STS	: Sangat Tidak Setuju
TS	: Tidak Setuju
S	: Setuju
SS	: Sangat Setuju

No.	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
<b>Kesadaran Diri</b>					
1.	Saya menyadari perasaan saya ketika merasa senang ataupun sedih				
2.	Saya mengetahui apa yang membuat saya merasa cemas				
3.	Saya sadar bahwa emosi dapat mempengaruhi cara saya bertindak				

4.	Saya percaya diri ketika berbicara di depan kelas di hadapan teman-teman				
5.	Saya menyadari bahwa rasa percaya diri penting untuk mencapai kesuksesan				
<b>Pengaturan Diri</b>					
6.	Saya bisa tetap tenang ketika berbicara di depan kelas di hadapan guru dan teman-teman				
7.	Saya mudah marah ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan saya				
8.	Saya bisa tetap fokus dan berpikir jernih meskipun sedang emosi				
9.	Saya kesulitan menenangkan diri ketika marah				
10.	Saya melakukan kegiatan positif, seperti olahraga, untuk mengurangi stres				
11.	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain				
12.	Saya beradaptasi dengan cepat dalam pembelajaran PJOK				
13.	Saya kesulitan menyesuaikan diri dengan tim atau kelompok yang baru				
<b>Motivasi Diri</b>					
14.	Saya mempelajari ulang materi yang belum saya kuasai				
15.	Saya merasa senang ketika mendapatkan nilai ujian yang bagus				
16.	Saya berhenti belajar ketika menghadapi kesulitan				
17.	Saya berusaha memberikan yang terbaik dalam segala hal yang saya lakukan				
18.	Saya percaya bahwa usaha keras akan membawa hasil yang baik				

19.	Saya terus mencoba meskipun sering gagal mencapai tujuan				
20.	Saya memperbaiki diri setelah melakukan kesalahan				
<b>Empati</b>					
21.	Saya bisa memahami perasaan teman saya meskipun mereka tidak mengungkapkannya				
22.	Saya mampu menghargai pendapat teman meskipun berbeda pandangan				
23.	Saya cenderung mengabaikan siapapun yang membutuhkan pertolongan saya.				
24.	Saya bisa merasakan ketika teman saya sedang merasa sedih atau kecewa				
25.	Saya selalu mendengarkan siapapun dengan penuh perhatian				
26.	Saya senang ketika melihat teman saya mengalami kesulitan				
27.	Saya senang membantu teman yang sedang kesulitan				
28.	Saya bisa memahami perasaan teman-teman saya ketika mereka berbagi cerita				
<b>Keterampilan Sosial</b>					
29.	Saya bersikap ramah pada siapapun yang saya temui				
30.	Saya merasa senang bekerja sama dengan teman selama pembelajaran PJOK				
31.	Saya membantu teman yang mengalami kesulitan dalam latihan				
32.	Saya berbicara dengan tenang ketika menghadapi perselisihan dengan teman				

33.	Saya menyelesaikan perselisihan dengan teman melalui cara yang damai				
34.	Saya memberikan dorongan kepada teman agar mereka termotivasi				
35.	Saya kesulitan menyampaikan ide saya kepada teman-teman karena takut salah				
36.	Saya terbuka terhadap ide dan saran dari teman selama pembelajaran				

## Lampiran 10. Hasil Jawaban Peserta Didik

Jawaban tidak dapat diedit

**PENELITIAN KECERDASAN EMOSIONAL  
PESERTA DIDIK SMPN 1 SAGARANTEN  
KABUPATEN SUKABUMI**

**Petunjuk Pengisian**

1. Silahkan isi nama lengkap Anda  
2. Pilih jenis kelamin yang sesuai  
3. Pilih kelas yang sesuai dengan kelas Anda  
4. Setelah semuanya terisi, silahkan klik "berikutnya" untuk mulai mengerjakan.

\* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

**Nama Lengkap \***  
NIZAM JULIAN ATHAR

**Jenis Kelamin \***  
 Laki-Laki  
 Perempuan

**Kelas**  
 7  
 8  
 9

**Petunjuk Pengisian**

1. Bapak/Ibu sebelum mulai mengerjakan  
2. Bacalah dan pahami setiap butir pertanyaan dengan baik  
3. Jawablah pertanyaan dengan jujur dan apa adanya sesuai dengan pemahaman Anda  
4. Kerjakanlah secara individu tanpa terpengaruh dengan jawaban teman  
5. Kerjakanlah dengan penuh rasa semangat  
6. Setelah selesai mengisi semua jawaban, pastikan mengklik "Kirim" untuk menyelesaikan tes

1. Saya menyadari perasaan saya ketika merasa senang atau sedih \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

2. Saya mengatahui apa yang membuat saya merasa cemas \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

3. Saya sadar bahwa emosi dapat mempengaruhi cara saya bertindak \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

4. Saya percaya diri ketika berbicara di depan kelas dihadapan teman-teman \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

5. Saya menyadari bahwa rasa percaya diri penting untuk mencapai kesuksesan \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

6. Saya bisa tetap tenang ketika berbicara di depan kelas dihadapan guru dan teman-teman \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

7. Saya mudah marah ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan saya \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

8. Saya bisa tetap fokus dan berpikir jernih meskipun sedang emosi \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

9. Saya kesulitan menenangkan diri ketika marah \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

10. Saya melakukan kegiatan positif, seperti olahraga, untuk mengurangi stres \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

11. Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

12. Saya beradaptasi dengan cepat dalam pembelajaran PJOK \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

13. Saya kesulitan menyesuaikan diri dengan tim atau kelompok yang baru \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

<p>14. Saya mempelajari ulang materi yang belum saya kuasai *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>20. Saya memperbaiki diri setelah melakukan kesalahan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p>15. Saya merasa senang ketika mendapatkan nilai ujian yang bagus *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input checked="" type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>21. Saya bisa memahami perasaan teman saya meskipun mereka tidak mengungkapkannya *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p>16. Saya berhenti belajar ketika menghadapi kesulitan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>22. Saya mampu menghargai pendapat teman meskipun berbeda pandangan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p>17. Saya berusaha memberikan yang terbaik dalam segala hal yang saya lakukan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input checked="" type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>23. Saya cenderung mengabaikan siapapun yang membutuhkan pertolongan saya *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p>18. Saya percaya bahwa usaha keras akan membawa hasil yang baik *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input checked="" type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>24. Saya bisa merasakan ketika teman saya sedang merasa sedih atau kecewa *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p>19. Saya terus mencoba meskipun sering gagal mencapai tujuan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>25. Saya selalu mendengarkan siapapun dengan penuh perhatian *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p>20. Saya memperbaiki diri setelah melakukan kesalahan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>26. Saya senang ketika melihat teman saya mengalami kesulitan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Tidak Setuju  <input type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p>21. Saya bisa memahami perasaan teman saya meskipun mereka tidak mengungkapkannya *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>	<p>27. Saya senang membantu teman yang sedang kesulitan *</p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju  <input type="radio"/> Tidak Setuju  <input checked="" type="radio"/> Setuju  <input type="radio"/> Sangat Setuju</p>

28. Saya bisa memahami perasaan teman-teman saya ketika mereka berbagi cerita \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

29. Saya bersikap ramah pada siapapun yang saya temui \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

30. Saya merasa senang bekerja sama dengan teman selama pembelajaran PJOK \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

31. Saya membantu teman yang mengalami kesulitan dalam latihan \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

33. Saya berbicara dengan tenang ketika menghadapi perselisihan dengan teman \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

34. Saya memberikan dorongan kepada teman agar mereka termotivasi \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

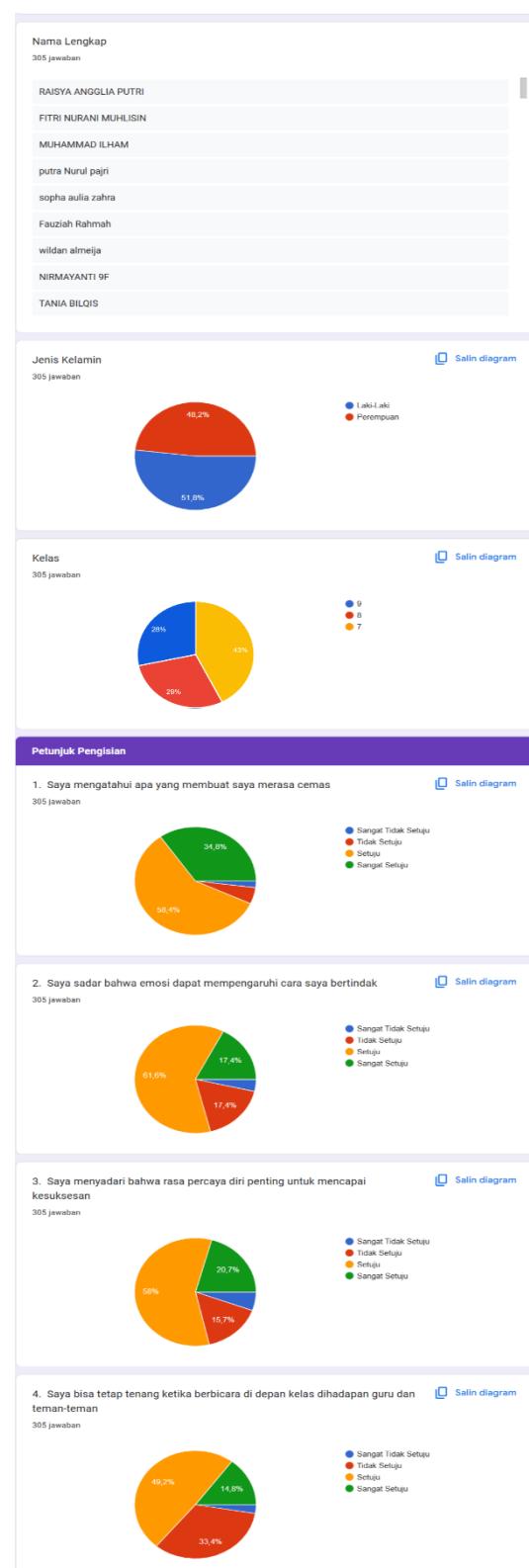
35. Saya kesulitan menyampaikan ide saya kepada teman-teman karena takut salah \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

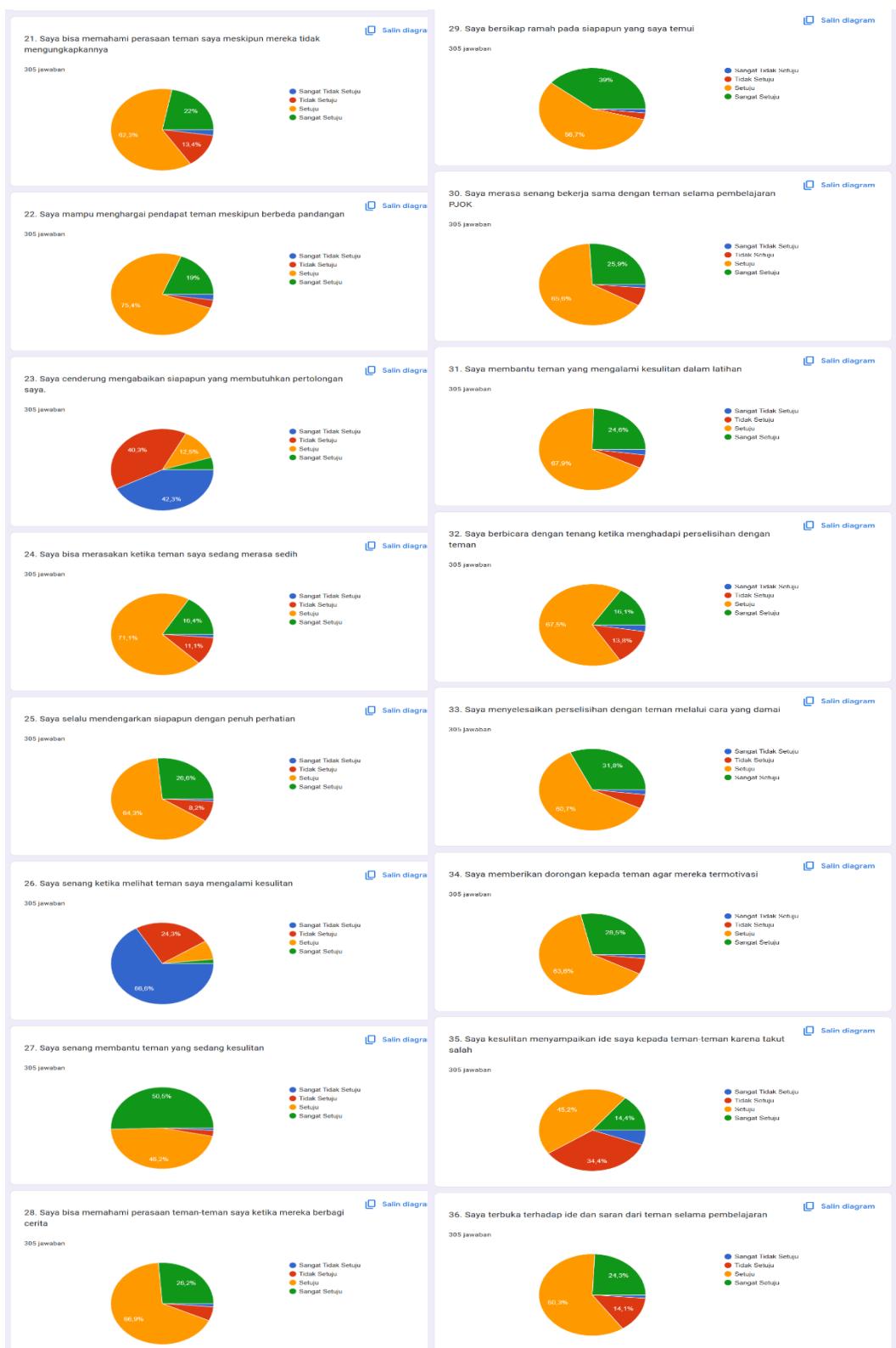
36. Saya terbuka terhadap ide dan saran dari teman selama pembelajaran \*

Sangat Tidak Setuju  
 Tidak Setuju  
 Setuju  
 Sangat Setuju

11/12/24, 11.17 dikirimkan







## Lampiran 11. Data Hasil Penelitian

R	Kesadaran Diri				Total	Pengelolaan Diri					Total	Motivasi Diri					Total	Empati					Total	Keterampilan Sosial						Total	$\Sigma$									
	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35	X36				
R1	4	3	3	3	4	17	3	3	2	4	3	4	1	23	4	3	3	4	3	4	24	3	4	4	4	3	3	3	4	28	4	4	4	3	3	29	121			
R2	3	4	3	2	4	16	2	4	3	4	4	3	4	2	26	3	3	4	4	4	4	26	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	31	126						
R3	3	3	3	2	3	14	2	1	2	2	3	4	3	2	19	3	4	2	4	4	3	4	24	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	1	3	22	107			
R4	3	3	2	3	4	15	3	3	4	3	2	3	2	3	4	24	3	4	4	3	4	3	24	3	3	2	3	3	3	22	3	3	3	3	2	3	23	108		
R5	3	3	3	3	3	15	3	3	2	3	3	3	3	3	23	3	4	4	4	4	3	3	25	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	111		
R6	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	3	3	3	24	3	4	3	3	4	3	24	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	26	116	
R7	2	2	3	3	4	14	3	2	2	2	3	4	3	2	21	3	3	2	3	3	3	20	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	102		
R8	3	3	4	4	4	18	4	3	4	4	3	4	3	3	28	3	4	4	3	3	4	24	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	25	122			
R9	3	4	3	4	4	18	3	3	4	4	4	29	4	4	4	26	3	3	4	3	4	3	27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	28	128		
R10	3	3	3	2	3	14	2	2	2	2	4	4	3	2	21	3	3	1	3	4	3	21	3	4	4	4	4	3	3	29	4	3	3	4	3	1	24	109		
R11	3	2	2	3	3	12	2	2	3	2	3	4	2	2	20	3	4	3	3	4	3	23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	25	105		
R12	3	3	1	2	4	13	1	4	3	3	3	4	3	3	24	2	4	3	4	3	3	23	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	113		
R13	4	3	3	2	3	15	2	3	2	1	2	3	2	1	16	3	4	2	4	3	3	4	23	3	4	3	3	2	4	4	3	26	3	2	3	3	3	1	21	101
R14	3	3	3	3	4	16	4	3	2	3	3	4	3	3	25	3	4	4	4	4	4	27	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	27	124		
R15	3	3	2	3	4	15	3	1	2	2	3	3	3	3	20	3	4	3	3	4	4	25	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	22	107		
R16	3	3	2	3	4	15	4	2	3	2	2	4	4	2	23	3	4	3	3	4	4	25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	27	116		
R17	4	3	3	3	4	17	3	2	2	2	2	2	4	3	21	3	4	3	4	4	4	25	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	30	120		
R18	3	4	3	2	3	15	3	3	3	2	3	3	3	3	23	2	4	3	2	3	3	20	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	105		
R19	2	3	3	4	4	16	3	3	3	2	2	3	3	3	22	3	2	2	3	3	3	19	3	3	2	3	2	2	2	20	3	2	3	2	3	3	22	99		
R20	3	3	3	3	3	15	3	2	3	3	3	3	3	3	22	3	3	3	3	3	3	20	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	23	102		
R21	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	3	3	3	24	3	4	3	3	3	3	22	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	23	113		
R22	4	3	2	2	3	14	3	2	3	3	3	3	3	3	22	2	3	4	3	4	3	23	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	107		
R23	3	3	2	3	2	13	2	3	3	3	2	3	4	3	23	3	4	3	4	2	3	22	2	3	3	3	3	4	3	4	3	5	3	3	3	3	26	109		
R24	4	3	3	3	4	17	4	2	4	2	4	4	4	3	27	4	4	3	4	4	4	27	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	24	122		
R25	3	3	3	3	3	15	3	2	3	3	3	3	3	3	20	3	3	2	3	3	3	19	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	23	101	
R26	2	3	1	4	4	14	3	2	3	2	4	3	4	4	4	25	2	3	4	4	4	4	23	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	29	116	
R27	3	2	2	2	3	12	1	2	4	2	2	3	3	3	21	2	4	2	3	3	2	19	4	4	2	3	3	4	3	26	3	3	3	3	3	3	24	100		
R28	4	4	4	4	3	19	3	2	3	3	4	4	4	4	27	3	3	3	4	3	4	23	3	4	1	4	4	1	4	3	24	3	3	3	3	3	2	22	115	
R29	3	3	2	3	4	14	2	2	3	3	3	3	3	3	21	2	3	3	3	3	3	21	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	22	96	
R30	3	3	2	4	4	16	3	2	3	2	3	3	3	3	20	3	3	3	3	4	3	22	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	25	108	
R31	4	3	2	2	4	15	2	1	3	3	2	3	3	4	21	3	4	4	4	3	4	25	3	4	3	3	4	4	4	4	28	3	4	3	2	3	3	2	23	112
R32	1	1	3	4	4	13	4	3	4	1	4	4	4	4	28	4	4	4	4	4	4	28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	29	128		
R33	3	3	3	2	3	14	2	3	3	3	2	3	3	2	21	3	3	3	3	3	3	21	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	22	101	
R34	4	1	4	2	4	15	2	2	2	3	3	4	3	21	3	4	4	3	4	4	3	25	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	26	113			
R35	3	3	2	3	3	14	3	3	3	3	3	3	3	3	2	19	3	4	3	4	3	3	24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	103		
R36	4	3	2	2	3	14	5	3	3	3	4	3	1	24	4	4	4	28	4	4	4	27	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	27	107			
R37	3	2	4	2	4	15	3	3	3	3	3	3	3	3	17	3	4	3	4	3	4	3	25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	108		
R38	4	3	3	3	4	17	3	2	2	2	3	3	3	3	20	3	3	2	3	3	3	4	22	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	28	113		
R39	3	3	3	3	3	15	3	2	3	1	2	1	3	4	21	3	4	3	3	3	3	4	25	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	29	113		
R40	3	3	3	2	3	14	3	2	3	2	3	2	3	2	20	3	4	2	3	3	3	22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	21	100			
R41	3	3	3	3	4	15	3	3	3																															

R89	4	3	4	2	4	17	2	1	2	2	3	3	3	1	17	2	4	4	4	4	4	3	25	3	3	4	3	4	4	3	27	3	3	3	2	3	1	2	20	106		
R90	4	4	3	2	2	15	3	2	2	3	2	4	3	3	22	3	4	4	4	4	4	26	3	3	1	1	3	4	3	21	3	4	3	3	4	4	3	4	28	112		
R91	3	3	3	2	3	14	2	2	2	2	3	3	3	3	2	19	3	4	3	4	3	3	23	4	3	3	3	3	4	3	4	26	3	3	3	3	2	3	23	105		
R92	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	3	3	4	3	3	3	23	3	3	3	3	3	4	3	3	25	3	3	3	3	2	3	23	110		
R93	4	3	3	3	4	17	3	1	2	2	3	3	3	2	19	3	4	3	4	4	4	3	25	3	3	3	3	4	3	3	26	3	3	3	3	2	3	23	110			
R94	3	3	2	3	3	14	3	3	2	2	3	3	3	3	3	22	3	3	3	3	3	3	21	3	3	3	3	3	4	3	3	25	3	3	3	3	4	2	4	25	107	
R95	3	3	2	3	3	14	3	3	2	2	3	3	3	3	3	22	3	3	3	3	3	3	21	3	3	3	3	3	4	3	3	25	3	3	3	3	4	2	4	25	107	
R96	3	3	2	3	3	14	3	3	3	3	3	3	3	3	2	23	3	3	3	3	3	3	21	3	3	3	3	3	3	3	24	3	3	3	3	3	3	3	24	106		
R97	3	4	4	3	4	18	4	1	2	3	4	4	4	4	26	4	4	4	4	4	4	3	27	3	3	4	4	4	4	4	3	29	3	3	4	3	4	3	4	27	127	
R98	3	3	2	3	4	15	3	2	3	2	3	3	3	3	2	21	3	3	2	3	3	3	20	3	3	2	3	3	2	4	4	24	3	3	3	3	3	2	3	23	103	
R99	3	2	3	2	4	14	3	3	3	3	3	3	4	3	2	24	3	4	4	4	3	3	24	4	3	3	3	3	4	3	3	26	3	3	3	2	3	4	25	113		
R100	3	3	3	3	4	16	3	1	4	2	4	3	3	3	2	22	3	4	2	3	4	3	3	22	3	3	3	3	3	4	3	3	25	4	3	4	4	3	2	3	27	112
R101	2	3	2	3	3	13	3	3	3	3	3	4	3	2	24	2	2	2	3	2	3	3	17	1	1	4	1	3	3	3	1	17	2	3	2	2	3	3	2	20	91	
R102	3	3	3	2	3	14	3	2	2	2	3	2	3	19	3	3	3	3	3	3	3	21	2	3	3	3	3	2	3	3	22	3	3	3	3	2	3	3	23	99		
R103	3	3	3	3	4	16	3	3	3	3	3	3	3	3	23	3	4	3	4	4	4	4	26	2	3	4	3	4	4	3	3	27	4	3	4	3	3	3	3	27	119	
R104	4	3	3	2	4	16	2	1	3	2	2	2	3	2	17	2	4	4	4	4	4	3	25	3	3	4	3	3	4	4	3	27	2	3	3	3	3	2	4	23	108	
R105	3	3	2	3	4	15	3	3	3	3	3	3	3	3	24	3	3	3	4	3	3	22	3	3	2	3	3	3	3	24	3	3	3	3	3	3	3	24	109			
R106	3	3	4	3	4	17	3	2	3	1	2	4	2	2	19	4	4	4	4	4	4	4	28	3	4	3	3	4	4	4	4	29	3	2	3	4	4	3	1	23	116	
R107	4	4	3	3	4	4	18	3	4	2	4	3	4	3	4	27	3	4	4	4	4	4	4	27	3	3	4	3	4	4	4	3	28	4	3	4	4	4	2	4	29	129
R108	3	2	3	3	3	14	2	2	3	2	3	2	3	19	3	3	3	3	3	3	3	21	2	3	3	3	3	4	3	3	24	3	3	3	3	3	2	2	22	100		
R109	3	2	3	2	3	13	3	2	2	2	2	3	3	2	18	2	4	3	3	4	3	4	23	3	3	2	3	4	4	4	4	27	2	4	4	2	2	3	1	21	102	
R110	3	3	3	2	3	14	2	3	2	3	2	3	3	2	20	3	3	3	3	3	3	21	3	3	4	3	3	4	4	3	27	4	3	3	3	3	2	3	25	107		
R111	3	3	3	2	4	15	2	3	2	3	3	2	4	2	21	2	4	4	4	4	4	3	24	2	3	4	3	3	25	3	3	3	2	3	3	1	3	21	106			
R112	3	3	3	3	4	16	3	2	3	3	3	4	3	2	23	4	4	4	4	4	4	3	27	3	3	3	3	3	4	3	3	25	3	3	3	3	3	3	3	24	115	
R113	4	3	3	2	4	16	3	2	2	2	2	3	3	2	19	3	4	3	4	3	3	22	3	2	3	3	2	2	3	3	22	3	3	3	3	1	3	1	21	100		
R114	4	4	3	1	4	16	3	1	3	3	3	4	2	3	2	21	2	4	4	4	4	4	3	25	4	2	4	4	2	2	2	22	3	4	3	1	1	2	1	3	18	102
R115	3	4	4	3	4	18	3	2	3	2	4	3	4	3	2	21	3	4	2	4	4	4	3	24	3	4	4	3	4	4	4	28	4	3	4	3	3	4	4	26	117	
R116	3	2	3	2	4	14	4	2	3	2	3	4	3	4	2	23	3	3	4	4	4	4	4	26	4	4	1	4	4	4	4	4	29	4	4	4	3	4	4	1	25	117
R117	4	2	4	2	4	16	3	2	3	2	3	4	2	1	19	3	4	3	3	4	3	3	23	1	3	1	3	3	4	4	3	22	4	3	4	3	2	1	3	24	104	
R118	4	2	4	2	4	15	2	1	2	1	2	2	3	2	15	3	4	3	3	4	3	3	23	3	3	4	3	3	25	3	3	3	1	2	3	3	31	21	99			
R119	3	4	4	3	4	18	3	2	3	2	4	2	3	2	22	3	3	3	3	3	3	22	3	3	3	3	3	24	3	3	3	3	3	3	3	26	112					
R120	3	4	3	1	4	15	3	3	3	2	3	3	3	3	3	23	3	3	3	3	3	3	20	3	3	3	2	3	3	3	3	23	3	3	3	3	3	3	3	22	103	
R121	3	2	3	3	2	13	3	2	3	2	3	3	3	2	21	3	3	2	2	2	2	17	2	2	3	3	2	3	3	3	21	3	3	3	3	2	2	2	21	93		
R122	3	2	3	4	4	16	3	2	1	3	3	1	2	3	18	3	3	4	3	4	3	3	23	2	2	3	3	3	19	4	2	4	2	2	2	3	3	20	96			
R123	3	3	4	3	4	17	2	2	4	1	4	2	4	2	21	3	4	3	3	4	3	3	24	3	3	4	3	3	27	3	3	3	3	3	3	3	27	114				
R124	3	3	4	3	3	16	3	2	3	2	3	2	3	2	18	3	4	3	4	4	4	4	25	3	3	4	3	4	29	3	3	3	3	3	3	3	2	24	108			
R125	3	4	1	4	4	16	3	2	3	3	3	4	3	2	23	3	3	3	4	4	4	24	3	3	3	4	4	4	4	4	27	3	3	3	4	4	4	4	26	116		
R126	4	3	2	3	4	16	4	2	3	3	3	3	4	3	2	24	3	4	4	4	4	4	3	27	3	3	4	3	4	4	4	4	29	3	3	3	4	4	4	4	26	115
R127	4	3	4	3	4	17	3	3	1	2	4	3	3	2	22	3	4	3	4	4	4	3	27	3	3	4	3	4	4	4	4	27	3	3	4	4	4	4	4	24	119	
R128	3	3	3	3	4	17	3	3	3	1	2	4	3	3	2	23	4	4	3	3	4	4	3	25	3	3	3	3	3	3	3	3	25	3	3	3	3	3	3	3	23	106
R129	4	3	2	3	3	4	16	3	2	3	3	3	3	3	2	22	3	4	4	4	4	4	3	25	3	3	3	3	3	3	3	3	23	3	3	3	3	3	3	3	23	

R179	3	3	3	3	3	3	15	3	2	3	2	3	3	3	2	21	3	3	4	4	4	3	3	24	3	3	4	3	3	3	4	4	3	27	4	4	3	3	3	4	2	4	27	114	
R180	3	3	3	3	3	3	15	3	2	3	2	3	3	3	2	21	3	3	3	3	3	3	3	24	3	3	4	3	3	3	4	3	3	26	3	3	3	4	3	3	3	2	3	23	106
R181	4	3	3	3	3	4	17	3	3	2	2	3	2	3	4	22	3	4	4	3	4	3	3	24	3	3	4	3	3	3	4	3	3	26	3	3	3	4	3	3	3	2	3	25	114
R182	4	2	3	2	3	3	14	3	3	3	3	4	4	4	3	27	3	4	3	4	4	3	4	25	3	4	4	3	4	3	4	3	3	28	4	4	3	3	4	3	1	3	25	119	
R183	4	3	4	2	4	2	17	2	3	2	2	3	3	2	3	20	3	4	3	3	4	3	3	23	3	3	4	2	3	4	3	3	3	25	3	3	3	2	3	2	3	21	106		
R184	3	3	3	3	3	3	15	3	1	2	1	2	3	4	2	18	2	4	3	4	4	3	4	24	3	3	4	4	4	4	4	4	4	30	4	3	3	3	3	3	2	3	24	111	
R185	4	3	3	3	3	4	17	3	3	3	1	4	4	3	2	23	4	4	3	3	4	4	4	26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	32	4	4	4	3	4	3	1	4	27	125	
R186	3	3	3	4	4	4	17	3	3	3	1	3	3	3	1	20	4	4	3	3	4	4	4	26	3	3	4	3	4	4	4	4	4	29	4	3	3	3	4	3	1	4	25	117	
R187	3	3	3	3	4	16	3	3	3	1	4	4	4	3	2	23	4	4	3	3	4	4	4	26	3	3	4	3	4	4	4	4	4	29	4	3	3	3	4	3	1	4	25	119	
R188	3	1	1	4	4	4	14	3	4	2	4	4	4	3	3	1	25	3	4	3	4	3	3	24	3	3	1	3	4	3	4	3	3	24	4	3	3	4	3	3	2	3	27	113	
R189	4	4	3	3	4	18	3	2	3	3	3	3	3	2	22	3	4	4	4	4	4	4	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	32	4	3	3	3	3	2	4	25	124			
R190	3	3	3	4	3	16	3	3	1	2	3	3	3	2	20	3	4	3	3	4	3	3	23	3	3	4	3	3	3	3	3	3	26	3	3	3	3	3	3	2	3	23	108		
R191	4	3	3	2	4	16	2	3	4	4	4	4	4	2	27	2	4	4	3	4	3	4	24	3	3	1	3	3	4	4	3	3	24	4	3	3	4	3	2	26	117				
R192	4	4	3	2	4	17	2	2	2	2	3	3	3	1	18	3	4	3	4	3	4	4	25	3	4	4	3	4	4	4	4	4	30	3	3	4	3	3	2	4	25	115			
R193	3	3	3	2	3	14	3	2	3	2	4	4	3	1	22	3	4	3	3	4	3	4	24	3	4	4	3	3	2	3	4	26	4	4	4	4	4	4	2	4	30	116			
R194	4	4	4	4	4	20	3	2	3	2	3	3	4	4	24	3	4	3	4	4	4	4	26	4	3	4	4	3	4	4	4	4	29	4	4	4	4	4	2	3	29	128			
R195	4	2	3	2	4	15	4	3	3	1	4	4	4	3	4	26	4	4	3	4	4	4	4	27	3	3	4	4	4	4	4	4	4	30	3	3	3	4	3	4	2	4	27	125	
R196	4	3	3	2	3	15	2	2	2	2	3	3	2	3	19	3	4	3	3	4	4	3	24	3	3	2	3	3	3	3	3	3	23	3	3	3	3	3	2	4	24	105			
R197	4	4	3	3	4	18	3	3	3	2	3	3	3	2	22	3	3	3	3	4	3	4	23	3	3	3	4	4	3	26	3	4	4	3	3	3	2	4	28	117					
R198	3	3	3	3	3	15	3	2	2	2	3	3	3	2	20	2	4	2	3	4	3	3	21	3	3	2	3	3	3	3	3	3	23	3	3	3	3	3	2	3	23	102			
R199	4	3	4	3	4	18	2	2	2	2	4	3	3	3	2	21	2	4	3	4	4	3	3	23	2	2	3	2	3	3	4	3	3	22	4	3	4	2	4	2	2	25	109		
R200	3	3	2	3	4	15	3	3	3	3	3	4	3	3	2	25	3	4	3	3	4	3	3	23	3	3	3	3	3	3	4	3	3	26	4	3	3	3	3	2	3	24	113		
R201	3	3	3	3	3	15	3	4	3	3	4	4	4	1	26	3	3	3	4	4	4	4	24	3	3	4	3	4	3	4	3	3	27	3	3	4	3	3	4	3	2	26	118		
R202	4	3	3	3	3	4	17	3	3	3	2	3	3	3	2	22	3	4	3	4	4	3	4	25	4	4	3	4	4	4	4	4	4	30	4	4	3	4	3	3	3	28	122		
R203	4	3	4	3	4	18	3	2	2	2	3	4	3	2	21	3	4	3	4	4	3	4	24	3	3	4	3	4	3	3	3	3	26	3	3	3	3	3	3	2	24	113			
R204	3	3	1	2	4	13	3	4	3	4	4	4	3	1	26	3	4	3	4	4	4	4	27	3	3	4	3	4	3	3	3	3	27	4	3	3	3	3	1	2	3	22	115		
R205	3	2	3	3	3	14	3	2	3	2	3	3	3	3	2	22	3	3	3	3	3	3	3	24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24	3	3	3	3	3	3	3	2	25	104	
R206	3	3	3	3	3	15	3	2	1	2	3	3	3	2	2	19	3	4	3	3	4	4	4	25	3	2	3	4	3	4	3	3	3	25	3	3	3	3	3	3	2	3	25	109	
R207	4	3	3	3	3	16	3	2	2	3	2	3	3	3	2	20	4	4	3	4	4	4	4	26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27	3	3	3	3	3	3	2	3	26	118	
R208	3	4	1	4	3	4	18	2	2	2	4	3	3	4	2	22	2	4	2	4	4	4	4	24	3	3	4	3	4	4	3	3	3	28	3	3	4	3	3	4	2	27	115		
R209	4	4	3	3	4	18	2	2	2	2	4	3	3	4	2	22	2	4	2	4	4	4	4	24	3	3	4	3	4	4	3	3	3	27	4	4	4	3	3	2	27	118			
R210	4	4	4	3	4	19	3	2	3	2	4	3	3	3	2	23	3	4	3	4	4	4	4	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	30	4	4	3	4	4	4	2	3	27	122	
R211	4	4	4	3	4	19	2	2	3	4	3	4	1	22	3	4	4	3	4	4	3	4	25	3	3	2	3	4	4	3	3	3	24	3	4	3	3	3	3	2	3	25	115		
R212	4	4	3	3	4	18	2	2	2	2	4	3	2	3	2	20	2	4	2	4	3	4	4	24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	26	3	3	3	3	3	3	2	3	23	111	
R213	4	2	3	3	3	15	2	2	3	4	3	2	3	3	2	24	3	4	3	3	4	3	3	22	3	3	3	4	3	3	3	3	3	25	3	3	3	4	3	3	2	3	27	111	
R214	4	3	3	2	3	14	2	2	2	4	3	3	3	2	2	19	2	4	3	4	4	4	4	25	3	3	4	3	4	4	4	4	3	28	4	3	4	2	4	4	4	25	115		
R215	3	2	4	2	4	15	2	2	2	2	4	2	2	2	2	18	2	4	3	4	3	3	21	3	2	4	2	4	2	4	2	4	22	4	3	3	3	3	3	2	3	22	100		
R216	3	4	4	3	4	18	2	2	2	4	3	3	3	2	21	2	4	3	4	3	4	4	24	3	3	3	3	3	3	4	3	3	26	4	3	3	3	3	3	2	3	24	113		
R217	3	2	3	2	4	14	2	2	2	1	3	3	19	2	4	3	22	3																											

## Lampiran 12. Dokumentasi



