

**SURVEI TINGKAT KECERDASAN EMOSI PADA  
ATLET PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI  
BERKELANJUTAN (POPB) PANAHAAN DKI  
JAKARTA**



**VEREN FELLISCA AZZAHRA**

**6135160989**

**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI**

**FAKULTAS ILMU OLAHRAGA**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2022**

## ABSTRAK

### **SURVEI TINGKAT KECERDASAN EMOSI PADA ATLET PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI BERKELANJUTAN (POPB) PANAHAN DKI JAKARTA**

Cabang olahraga terbagi menjadi dua, yaitu cabang olahraga individu dan cabang olahraga kelompok. Olahraga individu seperti halnya panahan, menembak, panjat tebing, dan yang lainnya sangat membutuhkan kepercayaan terhadap diri sendiri. Dalam cabang olahraga panahan yang membutuhkan konsentrasi sangat tinggi, akan membantu seseorang untuk menjadi lebih fokus, terbiasa dengan tekanan dan dapat memutuskan suatu hal dengan cepat. Dalam segi kecerdasan emosi, atau yang bisa kita artikan dengan kemampuan untuk memahami dan mengerti perasaan orang lain sedangkan seseorang yang bermain sendiri lebih bebas menentukan taktik atau tindakan yang dia ambil sendiri tanpa harus memikirkan orang lain. Maka dari itu, seorang atlet harus memiliki tingkat kecerdasan emosi yang bagus agar bisa mengontrol dirinya sendiri, lebih mengenal diri sendiri, dan dapat menjalin hubungan serta komunikasi yang baik dengan anggota timnya serta pelatih, serta dapat meningkatkan kerja sama antar teman di dalam tim yang akan berpengaruh pada proses berlatih yang lebih baik. Penelitian akan mengambil sampel tim Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan (POPB) Panahan DKI Jakarta sebanyak 16 orang. Metode yang digunakan adalah analisis kuantitatif deskriptif. Hasil penelitian ini berupa kecerdasan emosi atlet Pembinaan olahraga Prestasi Berkelanjutan (POPB) Panahan DKI Jakarta tergolong cukup baik, dengan masing-masing dimensi, seperti dimensi memahami diri tergolong baik, dimensi mengontrol diri tergolong baik, dimensi memotivasi diri tergolong cukup baik, dimensi empati tergolong baik, dan dimensi hubungan sosial tergolong baik.

**Kata Kunci:** Panahan, POPB, Kecerdasan emosi, Kuantitatif deskriptif

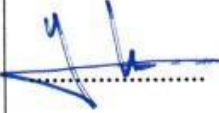


## ABSTRACT

### ***A SURVEY OF EMOTIONAL INTELLIGENCE ON ATHLETS OF SUSTAINABLE ACHIEVEMENT SPORT DEVELOPMENT ARCHERY DKI JAKARTA***

*Sports are divided into two, namely individual sports and group sports. Individual sports such as archery, shooting, rock climbing, and others required a lot of confidence in yourself. In the sport of archery which requires very high concentration, it will help a person to be more focused, accustomed to pressure and can decide things quickly. In terms of emotional intelligence, or what we can interpret as the ability to understand and understand the feelings of others, someone who plays alone is freer to determine the tactics or actions he takes without having to think about other people. Therefore, an athlete must have a good level of emotional intelligence to be able to control himself, know himself better, and be able to establish good relationships and communication with team members and coaches, and can increase cooperation between friends in the team which will influence the process of practicing better. The research will take a sample of the Jakarta Archery Continuous Achievement Sports Development (CASD) team as many as 16 people. The method used is descriptive quantitative analysis. The results of this study are the emotional intelligence of the Jakarta Archery Continuing Achievement Sports Development (CASD) athlete is quite good, with each dimension, such as the dimension of self-understanding is classified as good, the dimension of self-control is classified as good, the dimension of self-motivation is quite good, the dimension of empathy is classified as good. good, and the dimensions of social relations are classified as good.*

**Keywords:** *Archery, CASD, Emotional intelligence, Quantitative descriptive*

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<b>Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani</b> <u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001		27/01/2022
2.	<b>Pembimbing I</b> <u>Dr. Kurnia Tahki, M.Pd</u> NIP. 195901121989031001		27/1/2022
3.	<b>Pembimbing II</b> <u>Ferry Yohannes Wattimena, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 198202022010121003		20/1/2022
Nama : Veren Fellisca Azzahra No. Registrasi : 6135160989 Prodi : Pendidikan Jasmani Angkatan : 2016			



## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam kerja tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasi orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 25 Januari 2022



Veren Fellisca Azzahra  
NIM 6135160989





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Veren Fellisca Azzahra  
NIM : 6135160989  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga/ Pendidikan Jasmani  
Alamat email : Verenfellisca13@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

"SURVEI TINGKAT KECERDASAN EMOSI PADA ATLET PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI BERKELANJUTAN (POPB) PANAHANDKI JAKARTA"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 7 Maret 2022

Penulis

( Veren Fellisca Azzahra )

## KATA PENGANTAR

Segala puji hanya bagi Allah SWT, berkat limpahan nikmat dan karunia-Nya saya sebagai peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Survei Tingkat Kecerdasan Emosi Pada Atlet Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan (POPB) Panahan DKI Jakarta".

Penyusunan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana olahraga. Dalam proses penyusunannya tak lepas dari bantuan, arahan dan masukan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Kepada Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.**, selaku ketua program studi Pendidikan Jasmani. Bapak **Dr. Kurnia Tahki, M.Pd.**, dan Bapak **Ferry Yohanes Wattimena, M.Pd.**, selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini. Kepada Bapak **Dr. Sujarwo, S.Pd., M.Pd.**, selaku penasihat akademik serta kepada para dosen yang telah memberikan ilmu selama penulis menuntut ilmu di Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Selain itu, penulis pun ingin mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua yang selalu mendukung saya, yaitu Bapak **Sukarjan Tri Subakti, M.Pd.** dan Ibu **Anjar Sulistiawati, A.Md.**, kepada adik-adik saya serta keluarga besar yang selalu mendukung dan mendoakan saya.

Terimakasih juga saya sampaikan kepada senior yang selalu membina, menjadi pendengar yang baik, teman yang saling mengingatkan dan menjadi teman untuk bertukar pikiran yaitu kak **Nadya Dwi Oktafiranda, S.Or., M.Pd.**, kak **Narulita Farah Dhika, S.Pd.**, dan kak **Nurul Ramadhanty, S.Pd.** Kepada sahabat saya yang menjadi teman perjuangan dalam sekolah, berlatih, hingga menjadi mahasiswi bersama dan selalu menjadi pendukung saya yaitu **Armartiani** yang saya harap bisa terus menjadi rekan dalam menjalani kehidupan saya ke depannya. Terima kasih juga kepada **Nugroho Adjie N** yang meskipun

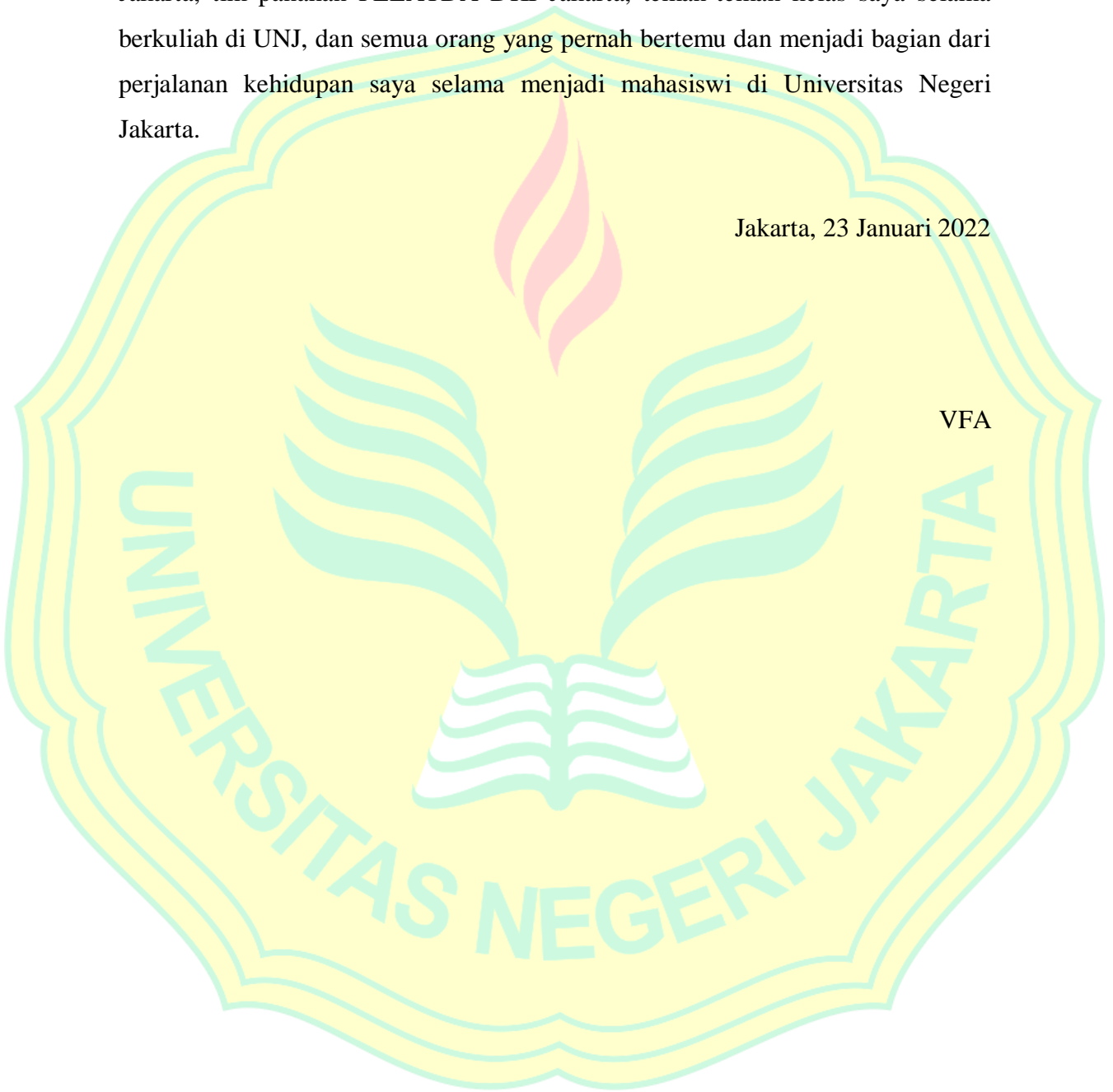


tidak berkontribusi dalam penulisan skripsi ini, tapi memiliki kontribusi dalam cerita perjalanan hidup saya selama lima tahun belakangan ini dan kedepannya.

Terima kasih kepada KOP Panahan Fortius UNJ, tim panahan PPLM DKI Jakarta, tim panahan PELATDA DKI Jakarta, teman-teman kelas saya selama berkuliah di UNJ, dan semua orang yang pernah bertemu dan menjadi bagian dari perjalanan kehidupan saya selama menjadi mahasiswi di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 23 Januari 2022

VFA



## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK .....</b>	<b>8</b>
A. Deskripsi Konseptual.....	8
1. Hakikat Kecerdasan Emosi.....	8
a. Pengertian Kecerdasan Emosi.....	8
b. Unsur-unsur Kecerdasan Emosi .....	15
c. Faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosi .....	17
d. Kecerdasan Emosi 10-15 Tahun.....	18
2. Hakikat Panahan .....	21
a. Panahan dan Kecerdasan Emosi.....	22
3. Hakikat POPB.....	28
a. POPB Panahan DKI Jakarta.....	32
B. Kerangka Berpikir .....	35
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
A. Tujuan Penelitian .....	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
1. Pelaksanaan.....	37
2. Waktu Penelitian .....	37
C. Metode Penelitian.....	37
D. Populasi dan Sampel .....	38

1.	Populasi .....	38
2.	Sampel .....	38
E.	Teknik Pengumpulan Data .....	39
F.	Instrumen Penelitian .....	39
G.	Pengujian Validitas dan Reliabilitas .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>46</b>
A.	Hasil Penelitian .....	46
1.	Analisis Deskriptif .....	46
2.	Variabel Kecerdasan Emosi .....	47
3.	Dimensi Memahami Diri .....	48
4.	Dimensi Mengontrol Diri .....	49
5.	Dimensi Memotivasi Diri .....	50
6.	Dimensi Empati .....	52
7.	Dimensi Hubungan Sosial .....	53
B.	Pembahasan .....	54
1.	Variabel Kecerdasan Emosi .....	54
2.	Dimensi Memahami Diri .....	55
3.	Dimensi Mengontrol Diri .....	55
4.	Dimensi Memotivasi Diri .....	56
5.	Dimensi Empati .....	56
6.	Dimensi Hubungan Sosial .....	56
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>57</b>
A.	Kesimpulan .....	57
B.	Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>59</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>61</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>		<b>74</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1</b> Pertandingan Panahan .....	25
<b>Gambar 2.2</b> Pertandingan Panahan .....	27
<b>Gambar 2.3</b> <i>Training Camp</i> POPB Panahan DKI Jakarta.....	34
<b>Gambar 4.1</b> Diagram Batang Distribusi Frekuensi Kecerdasan Emosi.....	48
<b>Gambar 4.2</b> Diagram Batang Distribusi Memahami Diri.....	49
<b>Gambar 4.3</b> Diagram Batang Distribusi Frekuensi Mengontrol Diri.....	50
<b>Gambar 4.4</b> Diagram Batang Distribusi Frekuensi Memotivasi Diri.....	51
<b>Gambar 4.5</b> Diagram Batang Distribusi Frekuensi Empati .....	53
<b>Gambar 4.6</b> Diagram batang distribusi frekuensi hubungan sosial.....	54



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1</b> Soal Kisi-kisi .....	41
<b>Tabel 3.2</b> Tabel Skala <i>Likert</i> .....	42
<b>Tabel 3.3</b> Nilai Koefisien Korelasi per Item.....	44
<b>Tabel 4.1</b> Analisis Deskriptif Variabel dan Dimensi Kecerdasan Emosi.....	46
<b>Tabel 4.2</b> Distribusi Frekuensi Variabel Kecerdasan Emosi.....	47
<b>Tabel 4.3</b> Distribusi Frekuensi Dimensi Memahami Diri .....	48
<b>Tabel 4.4</b> Distribusi Frekuensi Dimensi Mengontrol Diri.....	49
<b>Tabel 4.5</b> Distribusi Frekuensi Dimensi Memotivasi Diri .....	51
<b>Tabel 4.6</b> Distribusi Frekuensi Dimensi Empati.....	52
<b>Tabel 4.7</b> Distribusi Frekuensi Dimensi Hubungan Sosial .....	53





## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> Angket Penelitian .....	62
<b>Lampiran 2</b> Data Penelitian dan Perhitungan .....	64
<b>Lampiran 3</b> Dokumentasi Penelitian .....	66
<b>Lampiran 4</b> Surat Permohonan Izin Penelitian .....	68
<b>Lampiran 5</b> Surat Validasi Dosen Pendidikan Jasmani .....	69
<b>Lampiran 6</b> Surat Validasi Pelatih PELATDA PON DKI Jakarta.....	70
<b>Lampiran 7</b> Surat Validasi Dosen Ilmu Keolahragaan.....	71
<b>Lampiran 8</b> Surat Pemohonan Izin Penelitian UNJ .....	72
<b>Lampiran 9</b> Tanda Terima Surat Dinas Pemuda dan Olahraga .....	73

