

**SURVEI KECERDASAN EMOSIONAL (EQ) DAN  
KONSENTRASI PADA ATLET CLUB *RUGBY* UNIVERSITAS  
NEGERI JAKARTA**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**BRILYAN AL AKBAR**

**6315153387**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**


**AGUSTUS, 2022**

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama Tanda Tangan Tanggal

Pembimbing I

Drs. Iwan Barata, M.Pd.  
NIP.196803092001121001

 16/1/22

Pembimbing II

Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd., M.Si.  
NIP.197004171999031002

 10/8/22

Nama Jabatan Tanda Tangan Tanggal

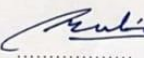
1. Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198112182010121002

Ketua

 20/10/22

2. Lita Mulia, S.Pd., M.Pd.  
NIDN.0030128607

Sekretaris

 12/8/22

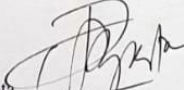
3. Drs. Iwan Barata, M.Pd.  
NIP.196803092001121001

Anggota

 14/1/22

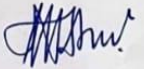
4. Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd., M.Si.  
NIP.197004171999031002

Anggota

 10/8/22

5. Dr. Mansur Jauhari, M.Si.  
NIP. 197408152005011003

Anggota

 11/8/22

Tanggal Lulus : 29 JULI 2022

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyampaikan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dipublikasikan orang lain, kecuali tertulis 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 saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Agustus 2022



Brilyan Al Akbar

NIM. 6315153387

# **SURVEI KECERDASAN EMOSIONAL (EQ) DAN KONSENTRASI PADA ATLET CLUB *RUGBY* UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecerdasan emosional (EQ) dan konsentrasi pada klub *rugby* Universitas Negeri Jakarta, untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi dan tingkat konsentrasi pada klub *rugby* Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan survei, dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket untuk variabel konsentrasi peneliti mengambil data secara langsung. Populasi yang digunakan klub *rugby* Universitas Negeri Jakarta berjumlah 43 atlet. Sampel subyek penelitian berjumlah 24 atlet. Karena penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dan mengkriterikan populasi yang masih aktif. Cara ini dinamakan *Purposive*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Berdasarkan Hasil penelitian (1) tingkat kecerdasan emosional terdapat 17 atlet (70,8%) memiliki kecerdasan emosi sedang, responden yang nilai kecerdasan emosional rendah sebanyak 4 atlet (16,7%), dan responden yang nilai kecerdasan emosional tinggi 3 atlet (12,5%). Sebagian besar atlet berada pada tingkat kecerdasan emosional sedang. Berdasarkan hasil (2) tes konsentrasi disimpulkan bahwa responden yang memiliki konsentrasi baik sebanyak 4 responden (16,67%), dan responden yang nilai konsentrasi sangat baik 20 Responden (83,33 %), Sebagian besar atlet pada konsentrasi sangat baik.

**Kata Kunci** : Konsentrasi, Kecerdasan Emosi, *Rugby*

***SURVEI EMOTIONAL INTELLIGENCE (EQ) AND  
CONCENTRATION ON RUGBY CLUB ATHLETES NEGERI  
UNIVERSITY JAKARTA***

***ABSTRACT***

*This study aims to determine emotional intelligence (EQ) and concentration at the Jakarta State University rugby club, to determine the level of emotional intelligence and concentration level at the Jakarta State University rugby club. This research is a descriptive study. The method used by the survey, with data collection techniques using questionnaires for concentration variables researchers take data directly. The population used by the Jakarta State University rugby club was 43 athletes. The sample of research subjects amounted to 24 athletes. Because the determination of the sample with certain considerations and criteria for the population that is still active. This method is called Purposive. Data analysis using quantitative descriptive analysis. Based on the results of the research on emotional intelligence levels, there were 17 athletes (70.8%) who had moderate emotional intelligence, respondents whose emotional intelligence values were low as many as 4 athletes (16.7%), and respondents whose emotional intelligence scores were high 3 athletes (12.5%). Most athletes are at a moderate level of emotional intelligence. Based on the results of the concentration test, it was concluded that respondents who had good concentrations were 4 respondents (16.67%), and respondents who scored very good concentrations 20 Respondents (83.33 %), Most athletes at concentrations were very good.*

**Keyword** : Concentration, Emotional Intelligence, Rugby



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN  
TEKNOLOGI 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 : BRILYAN AL AKBAR  
NIM : 6315153387  
Fakultas/Prodi : ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat email : [brilyanalakbar@gmail.com](mailto:brilyanalakbar@gmail.com)

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

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

yang berjudul :

SURVEI Kecerdasan Emosional (EQ) DAN KONSENTRASI PADA ATLET  
Klub Rugby Universitas Negeri 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, 23 Agustus 2022

BRILYAN AL AKBAR  
NIM. 6315153387



## KATA PENGANTAR

Segala puja hanya bagi Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Berkat limpahan karunia nikmatNya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Survei Kecerdasaan Emosional (EQ) dan Konsentrasi Pada Atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta” dengan lancar. Penyusunan skripsi ini ditulis guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan (S.Pd).

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terimakasih atas segala bantuan yang telah diberikan dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan rasa hormat penulis ucapkan kepada: Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Hendro Wardoyo, S.Pd., M.Pd** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Bapak **Drs. Iwan Barata, M. Pd** selaku Pembina Cabang Olahraga *Rugby* Universitas Negeri Jakarta dan sekaligus Dosen Pembimbing I, Bapak **Dr. Mansur Jauhari, M. Si** selaku Penasehat Akademik, Bapak **Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd., M. Si** selaku Dosen Pembimbing II, dan seluruh Bapak/Ibu dosen dan karyawan/karyawati Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan, disebabkan keterbatasan dan kekurangan. Namun, penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi untuk cabang olahraga *Rugby* khususnya dan cabang olahraga lain pada umumnya dalam upaya untuk meningkatkan prestasi olahraga di Indonesia

Jakarta, Agustus 2022

BAA

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	4
E. Kegunaan Hasil Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK</b> .....	<b>6</b>
A. Deskripsi Konseptual .....	6
1. Kecerdasan Emosional .....	6
2. Hakikat Konsentrasi .....	14
3. Hakikat Atlet.....	20
4. Hakikat <i>Rugby</i> Universitas Negeri Jakarta .....	21
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>32</b>
A. Tujuan Penelitian .....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
C. Metode Penelitian .....	32
D. Populasi dan Sampel .....	33
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	34



<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>44</b>
	A. Deskripsi Data .....	44
	1. Karakteristik Responden .....	48
	B. Hasil Pembahasan .....	56
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>58</b>
	A. Kesimpulan .....	58
	B. Saran .....	58
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>
	<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>62</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Grid Concentration Test</i> .....	20
Gambar 2 <i>Passing</i> .....	24
Gambar 3 <i>Tackel</i> .....	25
Gambar 4 <i>Ruck</i> .....	26
Gambar 5 <i>Maul</i> .....	27
Gambar 6 <i>Scrum</i> .....	28
Gambar 7 <i>Lineout</i> .....	29
Gambar 8 <i>Grid Concentration Exercise</i> .....	40
Gambar 9 Presentase Kecerdasan Sesuai <i>Gender</i> .....	45
Gambar 10 Diagram Data Kecerdasan Emosional .....	47
Gambar 11 Diagram Data Aspek Pengenalan Diri .....	48
Gambar 12 Diagram Data Aspek Pengolahan Emosi .....	49
Gambar 13 Diagram Data Aspek Memotivasi Diri .....	51
Gambar 14 Diagram Data Aspek Empati.....	52
Gambar 15 Diagram Data Aspek Hubungan Sosial.....	53
Gambar 16 Presentase Konsentrasi Sesuai <i>Gender</i> .....	54
Gambar 17 Diagram Data Tingkat Konsentrasi .....	56

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Bobot Alternatif Jawaban .....	35
Tabel 2 Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional.....	36
Tabel 3 Hasil Uji Validitas Instrumen Variabel Kecerdasan Emosi .....	38
Tabel 4 Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional Setelah Uji Coba .....	39
Tabel 5 Norma Penilaian Kategori Kecerdasan Emosional .....	41
Tabel 6 Kriteria Penilaian <i>Grid Concentration Test</i> .....	42
Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	44
Tabel 8 Analisis Deskriptif Variabel Kecerdasan Emosional .....	45
Tabel 9 Frekuensi.....	46
Tabel 10 Analisis Deskriptif Aspek Pengenalan Diri.....	47
Tabel 11 Distribusi Frekuensi .....	47
Tabel 12 Analisis Deskriptif Aspek Pengolahan Emosi .....	48
Tabel 13 Distribusi Frekuensi .....	49
Tabel 14 Analisis Deskriptif Aspek Memotivasi Diri .....	50
Tabel 15 Distribusi Frekuensi .....	50
Tabel 16 Analisis Deskriptif Aspek Empati.....	51
Tabel 17 Distribusi Frekuensi .....	51
Tabel 18 Analisis Deskriptif Aspek Membina Hubungan Sosial.....	52
Tabel 19 Distribusi Frekuensi .....	53
Tabel 20 Analisis Deskriptif Variabel Konsentrasi.....	55
Tabel 21 Distribusi Frekuensi .....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil dan Perhitungan data .....	63
Lampiran 2 Dokumentasi .....	74
Lampiran 3 Surat-surat .....	76
Lampiran 4 Riwayat Hidup .....	79

