



## INTISARI

Pengembangan kecerdasan emosi perlu dilakukan sejak anak usia dini, paling tidak sejak usia sekolah dasar, untuk menghindari terjadinya perbuatan-perbuatan negatif yang dilakukan oleh anak.

Penelitian ini bertujuan mendapatkan bukti bahwa Pendidikan Jasmani (Penjas) Harmoni efektif meningkatkan kecerdasan emosi siswa SD. Penelitian ini berdasar pada teori kognitif sosial dari Bandura. Penjas Harmoni adalah materi penjas yang terdiri atas permainan, yang juga mencakup ketrampilan dasar olahraga seperti lari, lompat, dan lempar, serta tarian masal (tari Saman). Hipotesis penelitian ini yaitu, Penjas Harmoni efektif meningkatkan kecerdasan emosi siswa SD, Penjas Harmoni efektif meningkatkan aspek-aspek kecerdasan emosi yang terdiri atas kecakapan-kecakapan intrapersonal, interpersonal, penyesuaian diri, manajemen stres, dan suasana hati umum, dan ada perbedaan kecerdasan emosi antara siswa laki-laki dan siswa perempuan.

Subjek penelitian adalah siswa-siswa kelas V, SDN Bendan Ngisor 01, dari SDN Jomblang 04, dan dari SDN Jomblang 8, 9 sebagai kelompok eksperimen, mewakili SDN-SDN terakreditasi A, B, dan C. Kelompok kontrol terdiri atas siswa-siswa kelas V, SDN Pleburan 04, SDN Pleburan 01, dan SDN Plalangan 01, juga mewakili SDN-SDN terakreditasi A, B, dan C. Penentuan kelompok eksperimen dan kontrol dilakukan dengan undian. Materi Penjas Harmoni diberikan kepada kelompok eksperimen sedangkan kelompok kontrol diajar menurut Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) 2006 yaitu kurikulum yang berlaku. Perlakuan berlangsung 12 kali pertemuan. Kecerdasan emosi diukur dengan skala perasaan, yaitu modifikasi dari *Bar-On EQ inventory* yang sudah diuji validitas & reliabilitasnya.

Hasil uji statistik Anova 3 jalur menunjukkan bahwa Penjas Harmoni efektif meningkatkan kecerdasan emosi siswa SD, dan tidak ada perbedaan peningkatan kecerdasan emosi ditinjau dari tingkat akreditasi sekolah. Kemudian Manova 1 jalur menunjukkan bahwa Pendidikan Jasmani Harmoni efektif meningkatkan kecakapan intrapersonal, interpersonal, penyesuaian diri, manajemen stres, dan suasana hati umum siswa SD. Anova 1 jalur menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada kecerdasan emosi secara keseluruhan antara siswa perempuan dan laki-laki. Dengan Manova 1 jalur juga ditemukan bahwa kecakapan interpersonal siswa perempuan lebih tinggi dari laki-laki.

Dari hasil ini dapat disarankan, guru-guru penjas di SDN dapat memakai materi Penjas Harmoni untuk memperkaya materi pengajaran, disesuaikan dengan KTSP 2006, serta tidak perlu membedakan antara siswa perempuan dan laki-laki.

**Kata-kata kunci:** Pendidikan Jasmani Harmoni, Kecerdasan emosi.



## ABSTRACT

The Harmony Physical Education (HPE) program is meant to increase primary school students' emotional intelligence. The present study is based on Bandura's (1986) social cognitive theory. HPE program is a physical education (PE) program, consisting of games, sports, and massive dance (Saman dance).

It was hypothesized that HPE is effective in increasing primary school students' emotional intelligence, and HPE is also effective in increasing the aspects of emotional intelligence those are intrpersonal, interpersonal, self adjustment, and stress management skills, and general mood.

Six intact classrooms of fifth grade students come from different Public Elementary Schools were randomly assigned into control group (three classrooms, from level A, level B, and level C accreditation) who received regular PE program, and intervention groups (another three, also from 3 different accreditation levels) who received HPE program. Experimental protocol extended for 12 weeks. Emotional intelligence was assessed prior to and following the intervention using Emotional Scale, that was modified from Bar-On EQ inventory.

Three ways Anova revealed that HPE program is effective in increasing primary school students' emotional intelligence, and there are no difference in emotional intelligence increment among the accreditation levels. Then one way Manova indicated that HPE Program is effective to improve intrapersonal and interpersonal skills, self adjustment, stress management, and general mood. One way Anova shown that there is no difference in emotional intelligence between female and male students, and t-test revealed that girls' emotional intelligence is higher than boys'.

It's recommended that PE teachers may apply the HPE program to their teaching and learning programs, without differentiate between female and male students.

**Keywords:** Harmony PE, Primary school student, Emotional intelligence



UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

**Upaya meningkatkan kecerdasan emosi siswa sekolah dasar melalui pendidikan jasmani harmoni**  
RUSTIANA, Eunike Raffy, Promotor Prof. Johana E. Prawitasari, Ph.D  
Universitas Gadjah Mada, 2010 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

**Sebab AKU ini mengetahui**

**Rancangan-rancangan apa yang ada padaKU mengenai kamu**

**Demikianlah firman TUHAN,**

**Yaitu rancangan damai sejahtera**

**dan bukan rancangan kecelakaan,**

**untuk memberukan kepadamu**

**hari depan yang penuh harapan**

**( Yeremia 29 : 11 )**