

**ANALISIS EMOSIONAL SILL CABANG OLAHRAGA PENCAK SILAT
MERPATI PUTIH**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar S1 Pendidikan
Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Disusun Oleh:

Nisa Nur Syifa

Nim 2002822

PROGRAM STUDI S-1 PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR

PENDIDIKAN JASMANI

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

KAMPUS SUMEDANG

2024

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

NISA NUR SYIFA

**ANALISIS EMOSIONAL *SKILL* CABANG OLAHRAGA PENCAK SILAT
MERPATI PUTIH**

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I

Prof. Dr. Tatang Muhtar, M. Pd
NIP. 195906031986031005

Pembimbing II

Muhammad Nur Alif, M. Pd
NIP. 920171219910117101

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Anggi Setia Lengkana, M. Pd
NIP. 920200119851119101

LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Nisa Nur Syifa
NIM : 2002822
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Fakultas : Kampus Daerah Sumedang
Jenjang : S1
Judul Skripsi : Analisis Emosional Skill Cabang Olahraga Pencak Silat
Merpati putih

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Analisis Emosional Skill Cabang Olahraga Pencak Silat Merpati Putih**” dengan isinya merupakan benar-benar karya saya sendiri baik maupun keseluruhan. Saya tidak melakukan tindakan penyalinan atau plagiarisme. Pendapat atau temuan lain yang terdapat dalam tulisan skripsi ini, dikutip dan dirujuk sesuai dengan kode etik ilmiah.

Sumedang,2024

Yang bertanda tangan dibawah
ini,

Nisa Nur Syifa
2002822

KATA PENGANTAR

Puji dengan syukur panjatkan ke hadirat Allah SWT. Karena atas kuasa-Nya penyusun dengan baik dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi kita Nabi Muhammad SAW. Kepada keluarganya, kepada para sahabat-sahabatnya, tabi'in, tabi'ut tabi'in, serta kita sebagai umatnya mendapatkan syafaat dari baginda Nabi kita Nabi Muhammad SAW kelak di yaumul akhir. Saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Analisis Emosional Skill Cabang Olahraga Pencaksilat Merpati Putih". Maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini yaitu syarat untuk menempuh ujian akhir Program Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jaman di Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.

Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada dosen saya karena tetap bersamai saya sampai akhir. Saya menyadari masih banyak kekurangan dalam pembuatan skripsi ini dan jauh dari kata sempurna. Untuk itu kritik dan saran sangat saya nantikan untuk perbaikan di masa yang akan datang. Tidak ada yang sempurna tanpa saran yang membangun. Semoga karya ini memberikan wawasan dan pengetahuan kepada pembaca. Pertama-tama, saya ingin meminta maaf atas kesalahan bahasa yang menyinggung.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah penulis panjatkan rasa syukur sedalam dalamnya kepada Allah SWT. Karena karena rahmatnya serta ridha-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai dengan waktu yang ditentukan. Penulis menyadari bahwa dalam penyelesaian skripsi ini banyak pihak yang sudah membantu, mendukung, memberi semangat, membimbing dan mendoakan kelancaran penyelesaiannya. Maka dari itu, izinkan penulis menyampaikan rasa terima kasih dari hati yang paling dalam kepada:

- 1) Bapak Ude dan Ibu Elyn selaku orangtua saya yang sudah berjuang untuk putri satu satunya serta memberikan bantuan berupa tenaga, semangat, motivasi, nasehat, serta doa dan ridho kepada saya sebagai penulis skripsi ini selama perkuliahan dan penyelesain skripsi ini.
- 2) Selaku Direktur Kampus UPI Sumedang, Bapak Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M. Ed. Atas pengalaman beliau yang penuh dengan ilmu ilmu yang bermanfaat yang memotivasi penulis.
- 3) Wakil Direktur Kampus UPI Sumedang, Bapak Dr. Indra Safari, M. Pd. Atas pengalaman beliau yang penuh dengan ilmu ilmu yang bermanfaat yang memotivasi penulis.
- 4) Bapak Dr. Anggi Setia Lakana, M. Pd. selaku Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani Kampus UPI Sumedang yang telah memberikan arahan kepada penulis.
- 5) Bapak Prof. Dr. Tatang muhtar, M. Pd selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk senantiasa memberikan bimbingan serta arahan, dan memberi semangat dan doa kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
- 6) Bapak Muhammad Nur Alif, M. Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk senantiasa memberikan bimbingan serta arahan, memberi saran dan masukan, memberi semangat serta doa kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
- 7) Seluruh Dosen, staf administrasi, staf akademik, staf perpustakaan, seluruh staf karyawan, dan seluruh civitas akademik Kampus UPI Sumedang, Terimakasih yang sudah kerjasama dengan penulis.

- 8) Terimakasih kepada keluarga saya yang selalu memberikan semangat dan dukungan untuk penulis skripsi ini.
- 9) Kepada Mas Ari selaku pelatih Pencak Silat Merpati Putih Cimahi, terimakasih banyak atas bantuanya dan kerjasamanya dengan penulis.
- 10) Kepada Atlet Pencak Silat Merpati Putih terimakasih sudah berkerjasama dalam penyelesain skripsi.
- 11) Terimakasih Nisa Nur Syifa selaku diri saya sendiri yang telah berjuang sejauh ini penuh dengan semangat sehingga saya bisa menyelesaikan tugass akhir perkuliahan atau skripsi.
- 12) Terimakasih kepada Fadillah Hafni Nur'aini selaku teman yang selalu memberi saya semangat, dukungan, arahan, dan membantu proses dalam penyelesain skripsi ini hingga selesai.
- 13) Kepada Yati Rohayati terimakasih telah membantu saya dan meberi saya semangat.
- 14) Terimakasih kepada sahabat saya Nur Hayati yang sudah memberikan dukungan terbaik, semangat dan membantu saya dalam pengerjaan skripsi.
- 15) Terima kasih juga kepada rekan rekan PGSD Penjas angkatan 2020 dan rekan PGSD saya yang sudah membantu saya dan memberi arahan terbaik.
- 16) Kepada seluruh anggota grup NCT terkhusus nya Lee Haechan dan Mark lee yang telah menghibur dan memberi semangat serta motivasi penulis selama proses penulisan skripsi ini.

Semoga Allah SWT. Memberikan balasan yang sangat luar biasa dengan pahala, rezeki yang begituh mengalir dan tempat terindah di Surga-Nya Allah SWT atas semua kebaikan yang telah diberikan selama ini.

ABSTRAK

ANALISIS EMOSIONAL SKILL CABANG OLAHRAGA PENCAK SILAT MERPATI PUTIH

Nisa Nur Syifa

Emosional Skill Merupakan gangguan emosi atau gangguan regulasi emosi, mengacu pada kondisi dimana seseorang memiliki kesulitan dalam mengatur dan mengola emosional mereka dengan efektif, ini melibatkan kesulitan dalam mengatur dan mengololah emosi mereka dengan efektif, Dalam memperagakan gerakan silat, seseorang harus mampu perhatian dan menstabilkan emosinya saat melakukan gerakan maupun saat bertanding. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terdapat Analisis emosional skill cabang olahraga pencak silat merpati putih. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode juantitatif dan desain deskriptif bertujuan untuk menggambarkan atau menggambarkan suatu fenomena atau karakteristik tertentu yang ada di populasi atau sampel yang diteliti. Desain ini fokus pada pengumpulan data secara sistematis dan mendetail tentang variabel-variabel yang diamati, tanpa melakukan manipulasi atau pengendalian variabel. Penelitian ini menggunakan intrumant berupa angket emosional skill yang disebarkan kepada sempel untuk mendapatkan data data yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Sempel dalam penelitian ini berjumlah 25 atlet pencak silat merpati putih kota Cimahi. Dengan teknik Stratified random sampling. Hasil uji t dengan nilai signifikan (2 tailed) yang diperoleh adalah (0,000). Maka nilai signifikan (2 tailed) $0,000 < 0,05$ sehingga H_a diterima. Berdasarkan pengolahan data tersebut maka peneliti dapat menyimpulkan hasil penelitiannya terdapat pengaruh dari emosional skill cabang olahraga pencak silat merpati putih.

Kata Kunci : Emosional skill, emosi, kemasn,pencak silat

ABSTRACT

EMOTIONAL ANALYSIS OF THE SKILL OF THE PENCAK SILAT SPORT MERPATI PUTIH

Nisa Nur Syifa

Emotional Skill is an emotional disorder or emotional regulation disorder, referring to a condition where a person has difficulty in regulating and managing their emotions effectively, this involves difficulty in regulating and managing their emotions effectively, In demonstrating martial arts movements, a person must be able to pay attention and stabilize their emotions when doing movements or when competing. This research aims to find out that there is an emotional analysis of the white pigeon pencak silat sport. The research method used in this study uses quantitative methods and descriptive design aims to describe or describe a certain phenomenon or characteristic that exists in the population or sample being studied. This design focuses on collecting data systematically and in detail about the observed variables, without manipulating or controlling variables. This research uses an instrument in the form of an emotional skill questionnaire that is distributed to the sample to obtain the data needed in this research. Sample in this study there were 25 pencak silat athletes with white pigeons in Cimahi city. With Stratified random sampling technique. The result of the t test with a significant value (2 tailed) obtained is (0.000). Then the significant value (2 tailed) $0.000 < 0.05$ so that H_a is accepted. Based on the data processing, researchers can conclude that the results of their research have an influence from the Emotional Skill Sports Branch Pencak Silat Merpati Putih.

Keywords : Emotional skill, emotion, packaging, pencak silat

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Organisasi Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 Hakikat Emosional <i>Skill</i> Pencak Silat	7
2.1.1 Sejarah Pencak Silat Merpati Putih.....	7
2.1.2 Pengertian Emosional Pencak silat Merpati putih	8
2.1.3 Filosofi Beladiri Pencak Silat Merpati Putih	9
2.1.4 Manfaat Pencak Silat Merpati Putih	12
2.1.5 Tujuan Pencak Silat Merpati putih	13
2.1.6 Sumpah Pencak Silat Merpati Putih dan Tata Cara Pemberian Penghormatan Di Pencak Silat Merpati putih.....	14
2.2 Hakikat Emosional <i>Skill</i>	16
2.2.1 Pengertian Emosional <i>Skill</i>	16
2.2.2 Ciri-ciri dan Jenis Emosional <i>Skill</i>	17
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Emosional <i>Skill</i>	19
2.2.4 Syarat-syarat Terjadinya Emosional <i>Skill</i>	20

2.2.5 Bentuk-Bentuk Emosianl Skil pencak <i>silat</i>	22
2.2.6 Hubungan Emosional <i>skill</i> dengan Pencak Silat Merpati Putih	24
2.2.7 Penelitian Relevan.....	25
2.2.8 Kerangka Berfikir.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Metode dan Desain Penelitian	28
3.1.1 Metode Penelitian.....	28
3.1.2 Desain Penelitian	28
3.2 Populasi dan Sampel	29
3.3 Lokasi Penelitian	29
3.4 Instrumen Penelitian	29
3.5 Prosedur Penelitian	30
3.6 Pengolahan Data	30
3.6.1 Statistik Deskriptif	31
3.6.2 Uji Asumsi	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Temuan.....	33
4.1.1 Deskripsi Data Responden	33
4.1.2 Uji Asumsi	34
4.1.3 Uji Hipotesis	35
4.2 Pembahasan	36
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....	39
5.1 Simpulan.....	39
5.2 Implikasi.....	39
5.3 Rekomendasi.....	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir.....	27
------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Jawaban Pernyataan Instrumen	30
Tabel 3. 2 Kisi – kisi Kuisioner Penelitian Emosional Skill	30
Tabel 4. 1 Statistik Deskriptif Emosional Skill.....	34
Tabel 4. 2 Uji Normalitas.....	35
Tabel 4. 3 One-Sample T Test.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat keputusan	49
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian	50
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian	51
Lampiran 4 Lembar Monitoring	52
Lampiran 5 Surat LOA	53
Lampiran 6 Kuisioner Penelitian	54
Lampiran 7 Data Jawaban Responden	58
Lampiran 8 Turnitin Skripsi	64
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup	70

DAFTAR PUSTAKA

- Kardiawan, I. K. H., Nitiasih, P. K., & Riastini, P. N. (2023). Kecerdasan Emosi Atlet Tenis Lapangan: Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi dan Cara Mengembangkannya. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(3).
- Octavianingrum, W., & Savira, S. I. (2022). Hubungan kepercayaan diri dengan regulasi emosi pada atlet pencak silat puslatda jawa timur. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 50-55.
- Hasan, M. S. (2023). Peran Suplemen Herbal Untuk Prestasi Olahraga. *Menelisk Ilmu Keolahragaan*, 49.
- Syarkawi, A. (2019). Teknik Relaksasi untuk Membantu Siswa Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami*, 5(1), 69-79.
- Sholiha, H., & Jannah, M. (2021). Pengaruh Intervensi Musik Terhadap Kecemasan Ibu dari Anak Usia Dini Rostiana, T., & Kurniati, N. M. T. (2009). Kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause. *Jurnal Psikologi Volume*, 3(1), 76.
- Raynadi, F. B., Rachmah, D. N., & Akbar, S. N. (2017). Hubungan ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat di Banjarbaru. *Jurnal Ecopsy*, 3(3).
- Kadarsih, S. (2016). Memahami Makna “Masalah” Dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam. *Jurnal al-Shifa Bimbingan Konseling Islam*, 7(2), 187-208.
- Rofiqah, T. (2016). Konseling Religius: Mengatasi Rasa Kecemasan Dengan Mengadopsi Terapi Zikir Berbasis Religiopsikoneuroimunologi Religious Counseling: Overcoming Anxiety with the Adoption of Religiopsikoneuroimunologi Based Remembrance Therapy. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 3(2).
- Rafiqah, T. (2015). Upaya Mengatasi Gangguan Mental Melalui Terapi Zikir. *Jurnal Dimensi*, 4(3).
- Raynadi, F. B., Rachmah, D. N., & Akbar, S. N. (2017). Hubungan ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat di Banjarbaru. *Jurnal Ecopsy*, 3(3).
- Nugraha, R. I. A., Sugihartono, T., & Ilahi, B. R. (2021). Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Psikologis Atlet Pencak Silat Perguruan Persinas ASAD Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 281-294.
- Kurniawan, J. A., & Nawawi, M. T. (2020). Pengaruh Kompensasi Motivasi dan Kepuasan Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT. Kurnia Mandiri Jaya pada

- Divisi Distribusi Kantor Pusat di Cirebon. *Jurnal Manajerial Dan Kewirausahaan*, 2(3), 723-729.
- Putra, A. M., & Subarjo, S. (2015). Indikator Keberhasilan Kinerja Individu Dengan Locus Of Control Dan Kepribadian Sebagai Variabel Independen. *Jurnal Perilaku Dan Strategi Bisnis*, 3(2).
- Cahyani, I. E. (2023). Pembelajaran Logika Matematika Melalui Microsoft Teams Dengan Menggunakan Metode Belajar Investigasi Kelompok. *Indonesia*, 7(1).
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *PILAR*, 14(1), 15-31.
- Kawatu, V. S., Mandey, S. L., & Lintong, D. C. A. (2020). Pengaruh Daya Tarik Wisata Terhadap Niat Kunjungan Ulang Dengan Kepuasan Sebagai Variabel Intervening Pada Tempat Wisata Bukit Kasih Kanonang. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 8(3).
- Dewi, L. K. C., Widagdo, S., Martini, L. K. B., & Suardana, I. B. R. (2022). Pengaruh Digital Marketing Dan Customer Relationship Marketing Terhadap Keputusan Wisatawan Dengan Brand Image Sebagai Variabel Mediasi. *EKUITAS (Jurnal Ekonomi Dan Keuangan)*, 6(2), 243-270.
- Charlya, I., & Hetilaniar, H. (2023). KEEFEKTIFAN METODE PEMODELAN PADA PEMBELAJARAN BERUPA MENULIS SURAT DINAS SISWA KELAS VII MTS NEGERI 1 PALEMBANG. *Parataksis: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pembelajaran Bahasa Indonesia*, 6(1).
- Janti, S. (2014). Analisis validitas dan reliabilitas dengan skala likert terhadap pengembangan si/ti dalam penentuan pengambilan keputusan penerapan strategic planning pada industri garmen. *Prosiding Snast*, 155-160.
- Handayani, I., Ikasari, I. H., & Kom, M. (2019). Statistika Dasar. *Purwokerto: Cv. Pena Persada*.
- Wibowo, F. X. P. (2022). *Statistika Bisnis dan Ekonomi dengan SPSS 25*. Penerbit Salemba.
- Wibisino, T., & Mulyani, Y. S. (2018). Analisis dampak penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik pelajar tingkat Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ekonomi Manajemen*, 4(1), 1-7.
- Riset.pdf*. Alfabeta
- Usmadi, U. (2020). Pengujian persyaratan analisis (Uji homogenitas dan uji normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1).
- Sappaile, B. I. (2010). Konsep penelitian ex-post facto. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(2), 1-16.

- dien Gristyutawati, A. (2012). Persepsi pelajar terhadap pencak silat sebagai warisan budaya bangsa Sekota Semarang tahun 2012. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 1(3).
- Kadir, S., Gaffar, G., & Dunggio, S. (2023). Pengaruh Kompetensi Terhadap Kinerja Anggota Dewan Perwakilan Rakyat Daerah Kota Gorontalo. *Provider Jurnal Ilmu Pemerintahan*, 2(1), 53-75.
- Sucipto, A., Adrian, Q. J., & Kencono, M. A. (2021). Martial art augmented reality book (arbook) sebagai media pembelajaran seni beladiri nusantara pencak silat. *Jurnal Sisfokom (Sistem Informasi Dan Komputer)*, 10(1), 40-45.
- Andi, S., & Aulia, P. (2019). Kontribusi dukungan sosial pelatih terhadap kecemasan bertanding atlet pencak silat di Bukittinggi. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(3).
- Octavianingrum, W., & Savira, S. I. (2022). Hubungan kepercayaan diri dengan regulasi emosi pada atlet pencak silat puslatda jawa timur. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 50-55.
- Putra, J. P., Kusmaidi, N., & Ma'mun, A. (2023). Coaching and Development of Pencak Silat Sports Based on Living Respect Values in Positive Youth Development. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 7(3), 566-576.
- Fauzi, T., & Sari, S. P. (2018). Kemampuan mengendalikan emosi pada siswa dan implikasinya terhadap bimbingan dan konseling. *Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang*.
- Nurjanah, U., Andromeda, A., & Muâ, B. (2018). Relaksasi Guided Imagery Untuk Menurunkan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Pencak Silat. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(1), 50-58.
- Aulia, A. N. (2022). Perkembangan Perguruan Pencak Silat Bela Diri Merpati Putih di Surakarta tahun 2011-2019.
- Liliweri, A. (2021). *Makna seni dan kesenian: seri pengantar studi kebudayaan*. Nusamedia.
- Winarno, J. (2008). Emotional Intelegence Sebagai Salah Satu Faktor Penunjang Prestasi Kerja. *Jurnal Manajemen Maranatha*, 8(1), 12-19.
- Kastrena, E., Rahmawati, M., & Afriyuandi, A. R. (2023). HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KONSEP DIRI TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PENCAK SILAT. *Jurnal Muara Olahraga*, 5(2), 78-85.
- Rahmasari, L. (2012). Pengaruh kecerdasan intelektual, kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual terhadap kinerja karyawan. *Majalah Ilmiah Informatika*, 3(1).

- Casmitha, D. P., & Bafirman, B. (2019). Sejarah dan Eksistensi Perguruan Pencak Silat Tradisional di Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Stamina*, 2(9), 329-338.
- Widagda, S. P., Prasetyanto, H., & Suharto, T. (2022). Atraksi Pencaksilat Merpati Putih Sebagai Daya Tarik Wisata Dalam Upaya Melestarikan Warisan Budaya Indonesia. *Media Wisata*, 20(1), 136-147.
- Sucipto, A., Adrian, Q. J., & Kencono, M. A. (2021). Martial art augmented reality book (arbook) sebagai media pembelajaran seni beladiri nusantara pencak silat. *Jurnal Sisfokom (Sistem Informasi Dan Komputer)*, 10(1), 40-45.
- Fisalma, Y., Lele, Y. N. N., & Watini, S. (2024). IMPLEMENTASI MODEL ATIK DALAM PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENCAK SILAT MERPATI PUTIH PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK ISLAM QUBA KEMBANGAN JAKARTA BARAT. *Jejak Pembelajaran: Jurnal Pengembangan Pendidikan*, 8(1).
- Kumaidah, E. (2012). Penguatan eksistensi bangsa melalui seni bela diri tradisional pencak silat. *Humanika*, 16(9).
- Wardoyo, H., Sujiono, B., & Apriyanto, T. (2020, December). Pelatihan metode latihan pencak usia dini dan pra remaja bagi pelatih ekstra kurikuler pencak silat Kabupaten Bogor. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 1, pp. SNPPM2020P-106).
- Hasanah, P. F. A., Hartati, S., & Yetti, E. (2021). Apakah Bela Diri Pencak Silat dapat Melatih Kedisiplinan pada Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 2082-2089.
- Suryadi, D., & Putra, E. V. (2019). Makna Gerakan Silat Harimau Damam Syekh Kukut. *Culture & Society: Journal of Anthropological Research*, 1(2), 118-124.
- Dahlan, F., & Patawari, F. (2019). Meningkatkan daya tahan kardiovaskular (VO2max) melalui latihan jurus mawar pencaksilat pada warga lanjut usia (lansia) di Kecamatan Wara Timur Kota Palopo. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 3(1), 128-133.
- Arsi, M. W. K. A. A. (2015). Pembentukan karakter di Perguruan Pencak Silat Beladiri Tangan Kosong Merpati Putih. In *Forum Ilmu Sosial* (Vol. 42, No. 2, pp. 206-221).
- Dahlan, M. H. (2011). Pencak Silat Panglipur Tinjauan Sejarah Budaya. *Patanjala: Journal of Historical and Cultural Research*, 3(2), 260-277.
- Ihsan, N., Sasmitha, W., & Suwirman, S. (2022). *Teknologi dalam Pembelajaran Pencak Silat* (pp. 1-185). Rajawali Pers.

- Fahrurrozi, F., Salabi, M., & Makadada, A. (2023). TINGKAT KECEMASAN ATLET PENCAK SILAT IPSI LOMBOK TENGAH. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram*, 10(2), 165-173.
- Tejena, N. R., & Sukmayanti, L. M. K. (2018). Meditasi meningkatkan regulasi emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 370-381.
- Ortner, C. N., Kilner, S. J., & Zelazo, P. D. (2007). Mindfulness meditation and reduced emotional interference on a cognitive task. *Motivation and emotion*, 31, 271-283.
- Revilla, L. (2009). Kecemasan menghadapi tes (test anxiety) dan dampaknya terhadap aktivitas belajar. *Dinamika Ilmu*, 9(2).
- Amran, N. N., & Hussin, H. (2020). Wanita dan pengurusan emosi melalui pengkisahan Maryam dalam al-Quran. *International Journal of Islamic Thought*, 17, 90-100.
- Hasnah, H., Hendra, D. A., & Hapsah, H. (2018). Correlation between emotional intelligence and problem solving skill of health students of faculty of medicine universitas hasanuddin. *Indonesian Contemporary nursing journal*, 22-30.
- Agradewi, T. N. P., & Fahmawati, Z. N. (2023). HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP EMPATI SISWA. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9(3), 165-176.
- Handayani, D., & Septhiani, S. (2021). Pengaruh Kecerdasan Emosional Aspek Kesadaran Diri Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(2), 1352-1358.
- Wibowo, C. T. (2015). Analisis pengaruh kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ) pada kinerja karyawan. *Jurnal Bisnis dan Manajemen (Journal of Business and Management)*, 15(1), 1-16.
- Salsabila, A. T., Astuti, D. Y., Hafidah, R., Nurjanah, N. E., & Jumiatmoko, J. (2021). Pengaruh Storytelling Dalam Meningkatkan Kemampuan Empati Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(2), 164-171.
- Darmawan, D., & Mardikaningsih, R. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Hasil Belajar Dengan Kualitas Komunikasi Mahasiswa Fakultas Ekonomi. *ARBITRASE: Journal of Economics and Accounting*, 3(1), 45-49.
- Hurriyati, E. A., & Mawarni, R. D. (2013). Kreativitas dan Ketahanan Emosional pada Siswa dengan Ekskul Membatik. *Humaniora*, 4(1), 37-48.

- Effendi, M. F., Akbar, S. N., & Rachmah, D. N. (2020). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kesadaran diri pada siswa SMPN 8 Banjarmasin. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 61-65.
- Mantau, B. A. K., & Talango, S. R. (2023). Pengintegrasian Keterampilan Abad 21 dalam Proses Pembelajaran (Literature Review). *Irfani (e-Journal)*, 19(1), 86-107.
- Intaha, A. M., Saputra, Y. M., & Mulyana, M. (2020). Pengaruh media pembelajaran poster dan video terhadap penguasaan keterampilan pencak. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(2), 145-153.
- Narulita, A., Fajar, C. M., Riesma, R. S. N., Rachman, J. B., Aditany, S., & Dipura, D. S. (2019). Sosialisasi Citra Baru Pencak Silat sebagai Soft Power Indonesia Kepada Siswa SMP Negeri 2 Kota Bandung. *Jurnal Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 72-92.
- Nadira, A., Rejeki, A., & Sholichah, I. F. (2021). Regulasi emosi terhadap resiliensi atlet pencak silat. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 1(2), 76-83.
- Sugiharto, A. F., & Rejeki, H. S. (2023). Inovasi model latihan gerak pencak silat untuk anak usia 9–12 tahun. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 22(4), 167-177.
- Mujahid, H., & Subekti, N. (2021). Analisis Taktik Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding. *Journal Coaching Education Sports*, 2(2), 123-136.
- Fisalma, Y., Lele, Y. N. N., & Watini, S. (2024). IMPLEMENTASI MODEL ATIK DALAM PENGEMBANGAN KEMAMPUAN PENCAK SILAT MERPATI PUTIH PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK ISLAM QUBA KEMBANGAN JAKARTA BARAT. *Jejak Pembelajaran: Jurnal Pengembangan Pendidikan*, 8(1).
- Nugroho, A. S., Utomo, G. P., Purwanto, B., & Sulistiawati, S. (2022). Tekanan Kompetisi pada Atlet Remaja Pencak Silat Kategori Tanding: Sebuah Ulasan tentang Pentingnya Peran Orang Tua dan Pelatih. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(2), 164-175.
- Santosa, A. T. (2021). Pengaruh Latihan Gerak Dasar dan Latihan Pernafasan Merpati Putih Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Anggota UKM Pencak Silat Merpati Putih Universitas Negeri Malang.
- Agus, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis tingkat kepercayaan diri saat bertanding atlet pencak silat perguruan satria sejati. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 164-174.
- Sucipto, A., Adrian, Q. J., & Kencono, M. A. (2021). Martial art augmented reality book (arbook) sebagai media pembelajaran seni beladiri nusantara pencak silat. *Jurnal Sisfokom (Sistem Informasi Dan Komputer)*, 10(1), 40-45.

- Swidinata, S., Kristina, P. C., & Putri, S. A. R. (2023). The Influence of Self-Efficacy, Emotional Intelligence and Anxiety on the Level of Motivation When Competing in PPLPD Pencak Silat Athletes Musi Banyuasin Regency. *Journal of Social Work and Science Education*, 4(3), 1150-1164.
- Kastrena, E., Rahmawati, M., & Afriyuandi, A. R. (2023). HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KONSEP DIRI TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PENCAK SILAT. *Jurnal Muara Olahraga*, 5(2), 78-85.
- Kasyfillah, M. H., & Utami, L. H. (2023). haidar Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecemasan Berkompetisi pada Atlet: Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecemasan Berkompetisi. *Indonesian Psychological Research*, 5(2), 102-111.
- Lasutri, M. M., & Robiansyah, R. (2024). MENGONTROL EMOSI DENGAN MELAKUKAN KEGIATAN BEROLAHRAGA PADA KORBAN PENYALAGUNAAN NAPZA DI YAYASAN MITRA MULIA BANYUASIN. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 290-294.
- Syahputri, A. Z., Della Fallenia, F., & Syafitri, R. (2023). Kerangka berfikir penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, 2(1), 160-166.
- Juniarti, R. S., & Irfan, R. (2023, November). Pengaruh Keaktifan Siswa dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Kejuruan dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar. In *Prosiding Seminar Nasional Pemanfaatan Sains dan Teknologi Informasi* (Vol. 1, No. 1, pp. 41-48).
- Nurfadillah, N., & Nurhuda, N. (2020). Pengaruh Due Professional Care dan Akuntabilitas Auditor terhadap Kualitas Audit. *JEMMA (Journal of Economic, Management and Accounting)*, 3(1), 1-13.
- Maulidiyah, Y., Mubarak, K., & Rahmawati, E. (2022). Pengaruh Metode Role Playing Terhadap Hasil Belajar Subtema Pekerjaan di Sekitarku Siswa Kelas IV SD. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(1).