

Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Keterampilan Bermain Sepak Bola Pada Atlet SMA Plus Banda Aceh Tahun Ajaran 2022/2023

Alyadi S dan Imran Fadhil

Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Islam Kebangsaan Indonesia
alyadi17@gmail.com dan imranfadhil@gmail.com

ABSTRAK

Sepak bola merupakan cabang olah raga yang menuntut bakat, minat, kemauan, struktur tubuh dan latihan yang intensif. Seseorang akan menjadi pemain sepak bola yang handal jika ia memiliki modal dasar yaitu kondisi fisik khusus yang baik namun kita tidak bisa melupakan aspek emosional untuk dalam peningkatan prestasi sepak bola. Masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan kecerdasan emosional dengan keterampilan sepak bola SMA Plus Banda Aceh tahun 2022/2023. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan keterampilan sepak bola atlet SMA Plus Banda Aceh tahun 2022/2023. Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian deskriptif dengan populasi penelitian adalah keseluruhan atlet sepak bola SMA Plus Banda Aceh, sampel penelitian adalah atlet sepak bola SMA Plus Banda Aceh yang berjumlah 33 orang. penulis menggunakan metode pengumpulan data berupa angket untuk mengukur kecerdasan emosional sampel dan tes keterampilan sepak bola yang terdiri dari tes dribbling, passing, shooting, heading. Penulis menggunakan perhitungan korelasi untuk menganalisa data. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan tingkat kecerdasan emosional memiliki hubungan yang signifikan dengan keterampilan bermain sepak bola pada atlet SMA Plus Banda Aceh tahun 2022/2023.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional, Keterampilan Sepak bola.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan. Ciri-ciri yang unik dan khas, bila di tinjau dari tujuan yang ingin dicapai, tujuan pendidikan jasmani adalah menimbulkan perubahan perilaku yang relatif melekat. Guna meningkatkan kesegaran jasmani siswa dapat melakukan berbagai kegiatan olahraga seperti permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik, akuatik/aktivitas air, pendidikan luar sekolah. Tekanan psikologis diberikan oleh sekolah, lingkungan dan keluarga untuk mendorong siswa memenuhi target akademis dan hal itu dianggap sebagai satu-satunya ukuran prestasi dan stempel identitas. Tidak ada ruang bagi peserta didik untuk menggali potensi non akademik yang sesungguhnya berperan lebih besar terhadap pembentukan karakter sebagai manusia yang utuh. Anak merasa dibatasi gerak-geriknya dan merasa tertekan batinnya, kurang sekali kesempatan yang diberikan oleh sekolah untuk melakukan ekspresi bebas baik yang bersifat fisik maupun psikis sebab semuanya telah diatur dan dipastikan mengikuti buku, kurikulum dan satuan pelajaran yang baku. Hal tersebut sejalan dengan penjelasan menurut Hasmara (2022), "sekolah kita sampai waktu sekarang masih berfungsi sebagai sekolah dengan dari pada memberikan kesempatan yang luas untuk membangun aktivitas, kreativitas dan identitas anak". Karena sesuatu yang serba terbatas, pengajar hanya mampu melakukan orientasi sebatas prestasi akademik, suatu target yang terbentuk indeks prestasi fisik.

Kreativitas dan inovasi dengan sendirinya terpasung, siswa hanya difokuskan pada penerimaan materi baku dan tidak ada yang peduli dengan perkembangan kepribadiannya akibatnya produk pendidikan menengah hanya mampu memahami hal-hal yang bersifat umum/normative/tekstual siswa tidak memahami substansi dan korelasi serta tidak mampu mengaplikasikan ilmu yang diperoleh ke dunia nyata. Tidak heran bila generasi muda kita selalu mengalami masalah dalam pembentukan pribadi, selalu mencari jati diri dan kesulitan

dalam mengekspresikan dirinya secara bebas.

Pendidikan disekolah hanya perlu mengembangkan kepintaran logika (rational intelligence) yaitu pemahaman yang lazimnya dipahami siswa saja seperti pengetahuan yang bersifat tradisional contohnya berhitung, membaca, menulis, dan lain sebagainya, melainkan juga perlu mengembangkan *emotional intelligence* siswa. Keseimbangan antara IQ dan EQ merupakan kunci keberhasilan siswa disekolah (Goleman 2018). Menurut Goleman (2018) yang diterjemahkan oleh Hermaya. Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intellegensi (to manage our emotional life with intellegence): menjaga keselarasan emosi dan mengungkapkannya (the appropriateness of emotion and its expression) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan social. Justru dunia pendidikan saat ini hanya berorientasi pada IQ sedangkan EQ yang seharusnya menjadi prioritas malah diabaikan, karena inteligensi bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang. Hal ini sejalan dengan pendapat (Goleman 2018) “Kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan yang lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional atau Emotional Quotien (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (mood), berempati serta kemampuan bekerjasama”.

Menurut Goleman (2018) yang diterjemahkan oleh Hermaya, khusus pada orang-orang yang murni hanya memiliki kecerdasan tinggi, mereka cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat. Bila didukung dengan rendahnya taraf kecerdasan emosional, maka orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah. Cenderung cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat. Bila didukung dengan rendahnya taraf kecerdasan emosional, maka orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah.

Dalam olah raga sepak bola banyak kita lihat pemain-pemain bola professional yang tidak bisa mengontrol emosinya seperti Mario Balotelli, seorang pemain berbakat dari Italia tetapi sering terlibat masalah di dalam dan diluar lapangan sehingga terkadang permainannya menjadi tidak konsisten dan sering merugikan timnya sendiri. Dalam pemilihan kapten kesebelasan peran emosional sangat diperhatikan oleh karena kapten yang selalu mengatur permainan atau perpanjangan tangan dari pelatih tim sepak bola. Kriteria pemilihan kapten selain aspek senioritas, kecerdasan emosional juga menjadi faktor utama karena kapten bertanggung jawab untuk mengorganisasi dan memotivasi tim-nya dalam bertanding. Oleh karena uraian di atas maka peneliti ingin mengangkat topik penelitian “Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Keterampilan Bermain Sepak bola Pada Atlet SMA Plus Banda Aceh Tahun Ajaran 2022/2023.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif. rancangan penelitian yaitu mengukur kecerdasan emosional dan keterampilan sepak bola. Dalam rancangan ini data pengukuran untuk kecerdasan emosional adalah (X), dan data untuk pengukuran keterampilan sepak bola adalah (Y). Sampel pada penelitian ini adalah keseluruhan atlet sepak bola SMA Plus Banda Aceh yang berjumlah 33 orang. Penelitian akan dilakukan pada tanggal 22 Agustus di stadion Lhong Raya Banda Aceh dan dilakukan dalam waktu 7 hari. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket dan tes keterampilan sepak bola.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat hubungan antara kecerdasan emosional dengan Keterampilan bermain Sepak bola pada SMA Plus Kota Banda Aceh Tahun Ajaran 2022-2023.

Data yang diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 17 September di lapangan Sepak bola sintetik Lhong Raya kota Banda Aceh adalah data:

1. Data hasil quisioner untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional. (X)
2. Data hasil tes Keterampilan sepak bola (Y)

Data-data di bawah ini adalah data hasil tes yang berikutnya akan diolah untuk melihat hubungannya.

Untuk perhitungan kecerdasan emosional, skor yang diperoleh dari pengisian angket sampel diubah menjadi range nilai 1-100 dengan rumus:

$$X = \frac{\text{skor angket sampel}}{\text{skor maksimal angket}} \times 100$$

Nilai skor angket maksimal diperoleh apabila setiap jawaban sampel memiliki bobot nilai maksimal yaitu 5. Rumus untuk mencari skor angket maksimal adalah :

$$\text{skor angket maksimal} = \text{jumlah butir soal} \times 5$$

$$\text{skor angket maksimal} = 36 \times 5 = 180$$

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada atlet SMA Plus Banda Aceh tentang hubungan kecerdasan emosional dengan Keterampilan Sepak bola menunjukkan hasil rata-rata kecerdasan emosional atlet Sepak bola SMA Plus Banda Aceh sebesar 87,41 (baik sekali). Dalam hal ini kecerdasan emosional atlet SMA Plus termasuk katagori yang baik dikarenakan bimbingan.

Untuk Keterampilan Sepak bola yang terbagi atas tes *dribbling*, *passing*, *shooting*, dan *heading* memberikan hasil penelitian sebagai berikut.

Untuk Keterampilan *dribbling*, rata-rata waktu yang ditempuh oleh atlet Sepak bola SMA Plus Banda Aceh sebesar 29,38 detik, sedangkan untuk Keterampilan *passing* selama 1 menit rata-rata atlet SMA Plus Banda Aceh dapat melakukan 40,79 (40 dibulatkan) kali *passing*, untuk tes *shooting* kemampuan rata-rata *shooting* atlet SMA Plus Banda Aceh adalah 7,97 dan kemampuan rata-rata *heading* atlet SMA Plus Banda Aceh sejauh 8,79 meter.

Untuk Keterampilan Sepak bola atlet SMA Plus Banda Aceh dari tabel 4.8 dapat dilihat yang memperoleh katagori Baik Sekali ada 1 orang atlet (3% dari jumlah sampel), yang memperoleh katagori baik berjumlah 18 atlet (54,5%), yang memperoleh katagori sedang berjumlah 7 atlet (21,2%), sedangkan yang memperoleh katagori buruk ada 6 atlet (18,8%) dan yang memperoleh katagori buruk sekali ada 1 atlet (3%).

Dari hasil tes nilai t untuk mencari hubungan maka nilai t-hitung yang diperoleh sebesar 27,688 lebih besar bila dibandingkan dengan nilai t-tabel sebesar 1,675. Oleh karena nilai t-hitung lebih besar daripada nilai t-tabel maka nilai kecerdasan emosional memiliki hubungan yang signifikan dengan Keterampilan Sepak bola pada atlet SMU Plus Banda Aceh pada tahun 2022.

PENUTUP

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional dengan Keterampilan Sepak bola pada SMA Plus Banda Aceh pada tahun 2022 adalah sbagai berikut:

1. Nilai kecerdasan emosional atlet SMA Plus Banda Aceh tahun 2022 sangat baik.
2. Sebagian besar (57%) atlet SMA Plus Banda Aceh memiliki Keterampilan Sepak bola diatas rata-rata.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan Keterampilan Sepak bola pada SMA Plus Banda Aceh tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyani, N. T., & Siswati, S. 2020. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kontrol Diri pada Remaja Pria Atlet Sepak bola di Kota Pati. *Jurnal Empati*. 9(5), 423-430.
- Efendi, Y., & Widodo, A. 2019. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Tes Shooting Sepak bola pada Pemain Tim Persiwu Fc Jatiyoso. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. 7(2).
- Goleman, D. 2018. *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia.
- Hasmara, P. S. 2022. Hubungan *emotional quotient (eq)* dengan hasil belajar PJOK siswa kelas atas SDN Bakalan Gondang Mojokerto. *Corner: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 2(2), 34-43.
- Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, Z. 2018. Analisis tingkat kecemasan (*anxiety*) dalam menghadapi pertandingan atlet sepak bola Kabupaten Banyuasin pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 17 (2), 28-35.
- Sugiono. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Purnamasari, D. A., Nurseto, F., & Tarigan, H. 2013. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Hasil Belajar Keterampilan Dasar Sepak bola. *Jurnal JUPE*. 1 (3), 2621-5659.