

Tinjauan Kecerdasan Emosi Pemain Sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat

*(PSP Soccer Player Emotional Intelligence Overview
Padang U-17 West Sumatra)*

Sukurman

Email : sukirmann7@mail.com

Article Info

Article history:

Received
Revised
Accepted

Abstract

The problem in this study is that the level of emotional intelligence of PSP Padang U-17 Football players in West Sumatra is not yet known. In sports, especially in football, someone who has intelligence alone is not enough, but must also be accompanied by emotional maturity. This study aims to describe, namely: The level of emotional intelligence of PSP Padang U-17 West Sumatra soccer players as seen from self-awareness, self-regulation, motivation, empathy, and social skills.

This type of research is classified as descriptive research, with a population of all PSP Padang U-17 football players in West Sumatra with a total of 20 players. This study uses a total sampling technique with a sample of 20 players. While the data analysis using the percentage technique.

The results of this study revealed that the emotional intelligence of PSP Padang U-17 West Sumatera soccer players seen from self-awareness, self-regulation, motivation, empathy, and social skills, which was at a percentage of 80% and was in very good criteria. Based on the results of the study, PSP Padang U-17 football players in West Sumatra already have very good emotions.

Keywords:

Kecerdasan Emosi

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kecerdasan emosi pemain Sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat. Di dalam olahraga khususnya dalam cabang sepakbola, seseorang yang memiliki kecerdasan saja masih belum cukup, tetapi juga harus dibarengi dengan kematangan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan, yaitu: Tingkat kecerdasan emosi pemain Sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat yang dilihat dari kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial.

Jenis penelitian ini digolongkan pada penelitian deskriptif, dengan populasi seluruh pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat dengan jumlah 20 pemain. Penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dengan sampel sebanyak 20 pemain. Sedangkan analisis data menggunakan teknik presentase.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat dilihat dari kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial, yaitu pada persentase 80% dan berada pada kriteria sangat baik. Berdasarkan dari hasil penelitian, pemain sepakbola PSP Padang U-

17 Sumatera Barat sudah memiliki emosi yang sangat baik.

Corresponding Author:

Sukurman

E-mail: sukirmann7@mail.com

1. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu juga olahraga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Tetapi olahraga mempunyai makna tidak hanya itu, olahraga sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi. Sesuai yang tercantum dalam Undang-Undang No.3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Tujuan Keolahragaan Nasional tersebut terdapat dalam Bab 2 Pasal 4 yang berbunyi: Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.

Berdasarkan kutipan di atas, salah satu dari tujuan keolahragaan nasional adalah prestasi. Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 20 ayat 3 berbunyi: olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Di samping itu tidak boleh dilupakan adalah peningkatan prestasi olahraga. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang ingin dicapai dari pelaksanaan suatu kegiatan olahraga. Salah satu cara untuk mencapai prestasi ini adalah dengan pembinaan olahraga secara baik dan terprogram. Pembinaan olahraga sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet untuk mencapai prestasi.

Indonesia sebagai negara yang sedang berkembang juga berupaya untuk meningkatkan prestasi di bidang olahraga sepakbola dengan berbagai cara seperti melakukan pembinaan dari usia dini, serta memperbanyak kompetisi diusia muda, sampai pada liga amatir dan liga profesional yang berjenjang. Dengan demikian menjadikan sepakbola sebagai salah satu olahraga yang populer dan berpotensi untuk dikembangkan.

Dalam menciptakan prestasi atlet harus memiliki kemampuan yang mendasar diantaranya yaitu kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Hal tersebut dapat dilakukan melalui latihan yang sistematis, terencana, terus-menerus, dan meningkat. Menurut Syafruddin (2011:23) adalah empat faktor atau unsur utama yang menentukan kemampuan prestasi atlet adapun keempat faktor tersebut sebagai berikut kondisi fisik, teknik, taktik dan mental (psikis).

Keempat faktor tersebut tidak dapat dipisahkan karena saling berhubungan satu sama lain semuanya harus dalam keadaan baik. Hal tersebut disebabkan penguasaan kondisi fisik, teknik dan taktik yang baik serta didukung mental yang baik akan menjadikan sebuah kesatuan satu dengan lainnya.

Dalam perkembangan manusia pasti mengalami proses perkembangan baik dari segi fisik maupun psikologinya. Dalam proses perkembangan terjadi perubahan yang meliputi aspek fisik, intelektual, sosial moral, bahasa emosi dan perasaan, minat, motivasi, sikap, mental, kepribadian, bakat, dan kreativitas. Psikologi memberikan wawasan tentang bagaimana memahami perilaku antar individu yang berbeda-beda baik dalam proses pendidikan maupun dalam kehidupan sehari-hari dan bagaimana membantu individu agar dapat berkembang optimal melalui berbagai permasalahan yang ada.

Psikologi menurut Muhibbinsyah (2001:12), ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang terbuka dan tertutup pada manusia baik selaku individu maupun kelompok dalam hubungannya dengan lingkungan. Berdasarkan teori di atas psikologi dapat diartikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari kejiwaan baik manusia secara individu maupun kelompok dalam erat hubungannya dengan hubungan lingkungannya. Psikologi tidak mempelajari jiwa/mental secara langsung karena sifatnya yang abstrak, tetapi psikologi membatasi pada ekspresi dari jiwa yang berhubungan dengan tingkah laku dan proses dalam kegiatan, sehingga psikologi dapat di definisikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku dan proses mental. Dalam psikologi terdapat ilmu pengetahuan dimana, dengan ilmu pengetahuan akan memudahkan

dalam menyusun dan mempunyai cara-cara penyelesaian secara ilmiah, selanjutnya tingkah laku memberikan dampak dalam kehidupan berhubungan dengan lingkungan baik dengan sesama manusia maupun dengan makhluk hidup lainnya, serta bagaimana kaitannya dengan tingkahlaku kognitif, afektif dan motorik, serta keterkaitannya dengan lingkungan manusia membutuhkan untuk berinteraksi, dengan berinteraksi membutuhkan sebuah pengontrolan diri sehingga komunikasi berjalan dengan baik tidak ada konflik dalam berkomunikasi.

Kesalahan umum dari pelatih dan atlet yang sering mengabaikan aspek mental yang sangat penting dalam mencapai prestasi, karena dalam waktu melatih atau berlatih hanya memperhatikan teknik, taktik, serta pembentukan *skill*. Dalam olahraga mental berkaitan dengan ilmu-ilmu kesehatan mental, seperti sosiologi, agama, psikologi, karena mental berguna membantu atlet dalam menghadapi atau melindungi diri dari pengaruh buruk.

Di dalam dunia olahraga, seseorang yang memiliki kecerdasan saja masih belum cukup, tetapi juga harus dibarengi dengan kematangan emosi orang tersebut. Ambil contoh dalam pertandingan sepakbola sering ditemukan pemain yang tidak dapat meraih prestasi yang setara dengan kecerdasannya. Ada pemain yang mempunyai kecerdasan tinggi tetapi memperoleh prestasi yang relatif rendah, namun ada pemain walaupun kemampuan inteligensinya relatif rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Menurut Goleman (2001:45) kecerdasan emosi merujuk pada kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan berempati, serta kecerdasan emosi seseorang bisa kita ketahui melalui kecakapan kecerdasan emosi : kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial.

Emosi merupakan perasaan yang dialami individu baik dari dalam dirinya sendiri maupun dari orang lain, emosi dapat dikelompokkan dalam beberapa kategori seperti : marah, takut, sedih, gembira, kasih sayang dan takjub, semua itu dapat mempengaruhi perubahan-perubahan kondisi fisik seseorang. Sehubungan ini semua maka jelaslah bahwa gejala psikis akan mempengaruhi penampilan dan prestasi atlet. Dalam gangguan emosi perlu diperhatikan, karena gangguan emosi dapat mempengaruhi keseimbangan psikis secara keseluruhan, dan ini berakibat besar terhadap penampilan atlet di lapangan.

Emosi dapat berpengaruh terhadap penampilan atlet, konsisten atau kemantapan penampilan merupakan hasil dari konsistensi emosi. Pemain yang keadaan emosinya tidak stabil selama permainan akan mendapati bahwa penampilan mereka juga tidak stabil. Semakin naik turun keadaan emosi pemain selama permainan, semakin kecil kemungkinan tingkat penampilan mereka dapat distabilkan pada kemampuan puncaknya. Keadaan emosi mengarah pada kemunculan keadaan fisiologis yang berbeda-beda. Perubahan pada keadaan perasaan berpengaruh pada keadaan yang mempengaruhi variabel performa kritis seperti tekanan darah, detak jantung, tegangan otot, suhu badan, dan lain-lain. Perubahan pemain sebagai perubahan keadaan perasaan dan keadaan jiwa (*mood*). Perubahan ini dapat menunjang atau merusak kemampuan mereka untuk mencapai penampilan puncak prestasi. Di liga tertinggi Indonesia masih banyak pemain-pemain hebat yang masih buruk pengendalian emosinya, seperti Pieter Rumaropen yang melakukan pemukulan terhadap wasit dikarenakan tidak menerima keputusan wasit.

Perkembangan sepakbola di Sumatera Barat akhir-akhir ini cukup mengembirakan, dengan semakin banyaknya sekolah sepakbola yang melakukan pembinaan pemain muda untuk mengembangkan bakatnya, dan dengan kompetisi LPI (Liga Pelajar Indonesia) yang bergulir sehingga ini akan menguntungkan bagi perkembangan persepakbolaan yang saat ini telah dilanda berbagai masalah. Diharapkan nantinya akan banyak menciptakan pemain-pemain yang handal dan mampu bermain di liga amatir maupun liga profesional melalui penyaluran pembinaan pada PSP Padang Sumatera Barat.

PSP Padang Sumatera Barat melakukan pembinaan pada U-15 dan U-17 yang dijadikan sebagai wadah untuk para generasi muda bersaing menunjukkan kemampuan bermain sepakbola, dan berguna dalam penjurangan untuk mengembangkan bakat-bakat dalam sepakbola, sehingga diharapkan mampu bersaing untuk dapat menjadi pemain profesional, tentunya bukan hal yang mudah, perlu kerja keras dari semua pihak dan semangat juang yang tinggi untuk meraihnya. Prestasi yang pernah diraih, juara SUMBAR U-17 (Soeratin) dan lolos regional I zona Sumatera U-17 (Soeratin) dan lolos regional II zona Sumatera, dan gugur pada regional nasional tahun 2014. Pada tahun 2015 tidak lolos grup liga champions antar akademi di Jakarta.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat saat melakukan latihan serta uji coba pertandingan. Terlihat pengendalian diri atau emosi pemain saat bertanding dan melakukan latihan, pemain ingin menunjukkan permainan terbaiknya, seperti pada saat dalam melakukan serangan, seorang penyerang sudah berhadapan dengan kiper satu lawan satu seharusnya menjadi gol tetapi dengan keegoisan pemain dengan menyuting keras sehingga bola tidak tepat sasaran dan tidak gol, pemain terlihat pengendalian diri yang masih kurang tentang pentingnya kerja sama tim, serta pernah terjadi perkelahian antar pemain dalam satu tim dan terjadi juga sama tim lawan, di samping itu pemain

sering melakukan protes keras terhadap keputusan wasit. Dan tanpa di sadari oleh pemain tersebut bisa merusak kerjasama tim, sehingga pengendalian diri sangat diperlukan, untuk mendapatkan hasil yang di capai.

Bedasarkan uraian di atas maka peneliti ingin mengukur tingkat kecerdasan emosi pemain, dilihat dari faktor-faktornya yaitu kesadaran emosi, pengaturan diri, motivasi, empati serta keterampilan sosial. Mengingat pentingnya kecerdasan emosi bagi seorang pemain sepakbola, pemain yang masih perlu adanya pengendalian emosi yang lebih baik, maka perlu mendapatkan perhatian lebih dari pelatih, karena akan semakin memantapkan seorang pemain sepakbola. Oleh karena itu dengan pentingnya kecerdasan emosi dalam sepakbola maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Tinjauan Kecerdasan Emosi Pemain Sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif yang bertujuan hanya untuk menggambarkan suatu apa adanya. Penelitian ini dilakukan untuk melihat hasil tinjauan tentang kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat yang terdaftar mengikuti latihan sebanyak 20 pemain. Berdasarkan dari populasi yang telah dikemukakan di atas bahwa jumlah atlet sebanyak 20 pemain, dalam pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *teknik total sampling*. Yaitu sebanyak 20 pemain.

Penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal ia ketahui, (Arikunto 2006:151). Data mengenai kedua variabel dalam penelitian ini, baik variabel bebas (x) maupun variabel terikat (y), dikumpulkan dengan menggunakan angket. Rating-scale, (skala bertingkat) yaitu sebuah pertanyaan diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkatan-tingkatan, misalnya mulai dari sangat setuju sampai ke sangat tidak setuju, (Arikunto, 2006:152).

Table kriteria penyekoran

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Ragu-Ragu (RR)	3	3
Tidak Setuju (TS)	3	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

Analisis penelitian ini mengenai kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat, digambarkan bab ini sesuai dengan pertanyaan penelitian. Variabel dalam penelitian ini kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat yang dilihat dari sub variabel yang terdiri dari: a). Kesadaran diri, b). Pengaturan diri, c). Motivasi, d). Empati, e). Keterampilan social.

Table Kecerdasan Emosi Pemain Sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat data keseluruhan dari sub variabel

No	Klasifikasi	Kriteria	F	%
1	81% - 100%	sangat baik	16	80
2	61% - 80%	Baik	4	20
3	41% - 60%	Cukup	0	0

4	21% - 40%	Kurang	0	0
5	0% - 20%	Sangat kurang	0	0
	Σ		20	100

Berdasarkan hasil analisis data pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat. Dapat diketahui bahwa dari 20 pemain, terdapat 16 pemain (80%) pada kriteria sangat baik, dan kemudian sebanyak 4 pemain (20%) pada kriteria baik. Jadi artinya disini kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat yang terdiri dari, kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati serta keterampilan social sudah dapat dikatakan sangat baik yang berada pada klasifikasi 81% - 100% dengan hasil ini berarti pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat sudah dapat mengendalikan emosi, mengarahkan emosi serta menggunakannya emosi untuk tujuan yang positif. Dari data tabel diatas kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat dikatakan sangat baik yang berguna untuk menunjang meningkatkan kemampuan bermain serta meningkat prestasi dalam sepakbola.

3.2 PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diungkapkan bahwa kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat sangat baik. Setelah di uji menggunakan angket penelitian kecerdasan emosi yang terdiri dari sub variabel kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial. Diketahui bahwa dari 20 pemain, terdapat 16 pemain (80%) pada kriteria sangat baik, dan kemudian sebanyak 4 pemain (20%) pada kriteria baik

Namun pada awal pembahasan ataupun masalah yang terjadi Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti pada pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat saat melakukan latihan serta uji coba pertandingan. Terlihat pengendalian diri atau kecerdasan emosi pemain tidak bagus, seperti pemain ingin menunjukkan permainan terbaiknya, seperti pada saat dalam melakukan serangan, seorang penyerang sudah berhadapan dengan kiper satu lawan satu seharusnya menjadi gol tetapi dengan keegoisan pemain dengan menyuting keras sehingga bola tidak tepat sasaran dan tidak gol, serta pernah terjadi perkelahian antar pemain dalam satu tim dan terjadi juga sama tim lawan, di samping itu pemain sering melakukan protes keras terhadap keputusan wasit.

Selain peneliti memberikan angket penelitian, peneliti juga melakukan tanya jawab kepada tim pelatih mengenai kondisi emosi yang terjadi pada pemain tersebut, ternyata tim pelatih dalam menanggapi masalah yang ada, tim pelatih memberikan program latihan dan evaluasi terhadap pelaksanaan program latihan dan tingkah laku yang terjadi di lapangan. Ada pemain yang tidak benar melakukan program, pemain tersebut langsung dievaluasi ketika kesalahan itu terjadi dan diarahkan sesuai program latihan.

Keberhasilan tim pelatih dalam memberikan program terlihat ketika pada saat melakukan uji coba baik dengan tim lokal maupun tim luar daerah seperti pada saat melakukan tour ke Pekanbaru ternyata hasilnya sangat baik karena selalu mengalami kemenangan, selain itu juga ada tiga pemain akademi PSP ini lolos dalam talent scouting yang dilakukan simon tahamata pelatih asal belanda, dan pada bulan januari ini ketiga pemain tersebut akan melakukan training camp di Malaysia, ketiga pemain tersebut yaitu : Bagus, Dion dan Yazid Zidane.

Goleman (1999:48) Menyatakan orang yang cakap secara emosi adalah mereka yang dapat mengetahui dan menangani perasaan diri sendiri dengan baik, maupun mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupan. Jadi artinya disini kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat yang terdiri dari, kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati serta keterampilan sosial sudah dapat dikatakan sangat baik yang berada pada klasifikasi 81% - 100% dengan hasil ini berarti pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat sudah dapat mengendalikan emosi, mengarahkan emosi serta menggunakannya emosi untuk tujuan yang positif. Oleh karena itu dengan mempunyai kecerdasan emosi yang baik hendaknya dapat menunjang dalam latihan, kehidupan sosial masyarakat maupun pada saat bertanding serta mampu menunjukkan permainan terbaik, guna meraih kemenangan dengan jujur dan menjunjung tinggi sportivitas.

4. KESIMPULAN DAN SARAN/REKOMENDASI

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan mengenai tingkat kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat berada pada kriteria sangat baik

Berdasarkan data yang diperoleh dari sub variabel yang terdiri dari: a). Kesadaran diri, b). Pengaturan diri, c). Motivasi, d). Empati, e). Keterampilan social.

Hasil penelitian dari 20 pemain, terdapat 16 pemain (80%) pada kriteria sangat baik, dan kemudian sebanyak 4 pemain (20%) pada kriteria baik, serta diketahui nilai rata-rata 171.15, nilai tengah 169.5, nilai sering muncul 169, nilai minimum 143, dan nilai maksimal 191. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosi pemain sepakbola PSP Padang U-17 Sumatera Barat sangat baik karena sudah dapat mengendalikan emosi, mengarahkan emosi serta menggunakannya emosi untuk tujuan yang positif. Oleh karena itu dengan mempunyai kecerdasan emosi yang baik hendaknya dapat menunjang dalam latihan, kehidupan sosial masyarakat maupun pada saat bertanding serta mampu menunjukkan permainan terbaik, guna meraih kemenangan dengan jujur dan menjunjung tinggi sportivitas.

REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi. (2013). Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta : Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. (2006). Prosedur Penelitian. Jakarta : PT Adi Mahasatya.
- Goleman, Daniel. (1999). Kecerdasan Emosional. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (2001). Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Riduwan. (2012). Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian. Jawa Barat : ALFABETA.
- Syafruddin. (2011). Ilmu Kepelatihan Olahraga. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- UU RI No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Bandung: Citra Umbara.
- UNP. (2014). Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/skripsi. Padang: UNP.