

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Olahraga ini populer di seluruh negara-negara Eropa, Amerika, Afrika, Asia dan di Australia. Induk organisasi olahraga ini adalah FIFA (Federation Internasional Football Association). Olahraga ini sangat universal. Selain digemari laki-laki olahraga ini juga digemari para perempuan tidak hanya orang tua, muda bahkan anak-anak. Sejak tahun 1990 olahraga ini mulai dilakukan oleh para wanita meskipun sebelumnya olahraga ini hanya diperuntukkan bagi kaum pria.

Di Indonesia sepakbola semakin semarak dengan diselenggarakannya kompetisi Liga Indonesia sebagai barometer baru dalam meningkatkan kualitas sepakbola tanah air, di bawah induk organisasi tertinggi di Indonesia yaitu PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia). Di Indonesia telah banyak mengadakan kompetisi atau pertandingan sepakbola, baik dari kompetisi amatir sampai kompetisi profesional. Di dalam sebuah kompetisi ini diperlukannya suatu kematangan dalam bermain sepakbola.

Sepakbola merupakan olahraga beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan di daerah tendangan hukumannya (Sucipto, dkk., 2000:7). Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di luar lapangan (*outdoor*) dan di dalam ruangan (*indoor*). Sepakbola berkembang dengan pesat di kalangan masyarakat, karena

permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orang tua. Sepakbola menjadi salah satu olahraga favorit di kalangan masyarakat, karena sepakbola sudah dikenal di seluruh lapisan masyarakat. Hal ini terbukti dengan munculnya klub sepakbola di berbagai daerah juga munculnya klub-klub tangguh di tingkat sekolah maupun perguruan tinggi. Permainan sepakbola baik yang bersifat rekreatif, edukatif maupun prestatif, rekreatif adalah sepakbola sebagai hiburan lebih mengacu pada kesehatan dan rekreasi sedangkan edukatif adalah sebagai pembelajaran dalam latihan sepak bola baik secara praktek maupun yang secara teori, membina karakter pemain menjunjung sportivitas serta bermain secara fair play telah banyak diselenggarakan di berbagai tempat dan kesempatan dari tingkat anak-anak sampai dewasa dalam bentuk amatir maupun profesional. Permainan sepakbola tidak hanya memberikan manfaat untuk fisik dan mental saja, tetapi juga dapat memberikan manfaat secara sosiologis bagi pelakunya. Melalui permainan sepakbola seseorang akan memperoleh kesempatan dan keuntungan dalam mengaktualisasikan dirinya di tengah masyarakat. Permainan sepakbola dapat menjadi wahana dalam pengembangan berbagai aspek kehidupan manusia termasuk di dalamnya adalah pengembangan nilai-nilai karakter positif seperti kerjasama, disiplin, kepemimpinan, kejujuran, tanggung jawab, saling menghormati dan perilaku sportivitas. Dalam permainan sepakbola, memungkinkan adanya *body contact* yang sangat mudah untuk atlet bersinggungan secara langsung sehingga akan mudah memancing munculnya perasaan emosi.

Gejolak emosi seperti: rasa takut, cemas, marah, kekhawatiran, hampir selalu dirasakan oleh kebanyakan pemain. Pada pemain yang sudah berpengalaman di tingkat internasional pun perasaan cemas sebelum bertanding masih sering dirasakan. Gejolak emosi atlet yang muncul dengan kadar yang tinggi sangat mengganggu dan merugikan penampilan atlet untuk mencapai prestasi terbaiknya.

Meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara negatif baik secara fisik maupun psikis, sehingga kemampuan olahraganya menurun. Atlet tersebut dapat menjadi tegang dan diikuti dengan denyut nadi meningkat, berkeringat dingin, cemas akan hasil pertandingan, dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi, Steven dan Howard (2000:212). Keadaan ini seringkali menyebabkan para atlet tidak dapat menampilkan permainan yang terbaik. Hal ini juga terjadi pada pemain sepakbola PS IKM U-15 Tahun, pada saat bertanding masih ada pemain yang memiliki kecenderungan untuk melakukan pelanggaran-pelanggaran yang dapat merugikan dirinya sendiri dan tim.

Selain itu gejala emosi yang belum stabil mempengaruhi teknik permainan, sehingga kurang maksimal. Contohnya ketika melakukan *passing* jadi kurang akurat, kontrol bola lepas, dan *shooting* jauh dari sasaran. Latihan aspek psikis perlu ditingkatkan dengan tanpa mengurangi aspek yang lain, karena hubungan antara aspek tersebut saling berkaitan antara satu dengan lainnya. Kelemahan pada faktor mental akan memberi dampak yang besar terhadap kematangan fisik, teknik, dan taktik yang sudah di capai.

Kecerdasan Emosi didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengerti dan mengekspresikan emosi, mengolah emosi dalam pikiran, mengerti emosi dan mengatur emosi dalam diri sendiri maupun terhadap orang lain (McShane, 2008). Kecerdasan emosi merupakan kompetensi sehingga memiliki karakter yang sama dengan kompetensi lainnya. Kecerdasan emosi merupakan salah satu kompetensi perilaku, ini diperjelas oleh Goleman et. Al., (2002). Yang mengelompokkan kompetensi sesuai dengan wilayah kecerdasan emosi, kompetensi yang merupakan kecerdasan emosi, dibagi dalam 2 golongan besar, yaitu 1. Kompetensi personal (*personal competence*) dan 2. Kompetensi sosial (*social competence*).

Orang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi dapat mengendalikan emosinya

ketika memikirkan dan menyelesaikan masalah, juga mampu mengelola emosinya sendiri dan emosi orang lain. Untuk mengukur kecerdasan emosional, bisa menggunakan tes standar, atau juga dapat mengajukan pertanyaan untuk menilai kecerdasan emosional seseorang. Pengukuran kecerdasan emosional menggunakan Emotional Competency Inventory (ECI) (Wolff, 2005) merupakan salah satu instrumen untuk mengukur kecerdasan emosional. Instrumen alat ukur kecerdasan emosi disusun berdasarkan teori kompetensi emosional dari Dr. Daniel Goleman dalam bukunya Emotional Intelligence dan Hay/McBer's Generic Competency Dictionary atau yang biasa disebut juga dengan Self-Assessment Questionnaire (SAQ) dari Dr. Richard Boyatzis. ECI (Wolff, 2005) mengukur 18 kompetensi emosional yang mencakup empat klaster yaitu kesadaran diri (self-awareness), pengelolaan diri (self-management), kesadaran sosial (social awareness) dan pengelolaan hubungan (relationship management). Berikut rincian ke-18 kompetensi emosional tersebut.

1. Kesadaran Diri (Self-Awareness)

Kesadaran diri merujuk pada kemampuan mengetahui kondisi diri sendiri, kesukaan, sumber daya, dan intuisi. Klaster kesadaran diri meliputi tiga kompetensi, antara lain:

- a. Kesadaran emosi (emotional awareness): Mengenali emosi diri sendiri dan efeknya.
- b. Penilaian diri secara teliti (accurate self-assessment) : Mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri.
- c. Percaya diri (self –confidence): Keyakinan tentang harga diri dan kemampuan sendiri.

2. Pengelolaan Diri (Self-Management)

Pengelolaan diri merujuk pada pengelolaan kondisi, impuls, dan sumber daya diri sendiri. Klaster pengelolaan diri meliputi enam kompetensi, antara lain:

- a. Kendali diri emosi (emotional self-control): Mengelola emosi dan impuls yang merusak.
- b. Sifat dapat dipercaya (transparency): Memelihara integritas, berperilaku sesuai dengan nilai pada diri sendiri.
- c. Adaptabilitas (adaptability): Keluwesan dalam menghadapi perubahan.
- d. Dorongan berprestasi (achievement): Dorongan untuk menjadi lebih baik atau memenuhi standar keberhasilan.
- e. Inisiatif (initiative): Kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan.
- f. Optimisme (optimism): Kegigihan dalam memperjuangkan sasaran kendati ada halangan dan kegagalan.

3. Kesadaran Sosial (Social Awareness)

Kesadaran sosial merujuk pada bagaimana seseorang menangani hubungan dan kesadaran terhadap perasaan, kebutuhan dan perhatian orang lain. Klaster kesadaran sosial meliputi tiga kompetensi, antara lain:

- a. Empati (empathy): Mengindra perasaan dan perspektif orang lain, dan menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan mereka.
- b. Kesadaran politis (organizational awareness): Mampu membaca arus-arus emosi sebuah kelompok dan hubungannya dengan perusahaan.
- c. Orientasi pelayanan (service orientation): Mengantisipasi, mengenali, dan berusaha memenuhi kebutuhan pelanggan.

4. Pengelola Hubungan (Relationship Management)

Pengelolaan hubungan adalah kemampuan atau kecakapan dalam menggugah tanggapan yang dikehendaki pada orang lain. Klaster pengelolaan hubungan meliputi enam kompetensi, antara lain:

- a. Mengembangkan orang lain (developing others): Merasakan kebutuhan perkembangan orang lain dan berusaha menumbuhkan kemampuan mereka.
- b. Kepemimpinan yang inspiratif (inspirational leadership): Membangkitkan inspirasi dan memandu kelompok dan orang lain.
- c. Katalisator perubahan (change catalyst): Memulai dan mengelola perubahan.
- d. Pengaruh (influence): Memiliki taktik untuk melakukan persuasi.
- e. Manajemen konflik (conflict management): Negosiasi dan pemecahan silang pendapat.
- f. Kolaborasi dan kooperasi (teamwork and collaboration): Kerja sama dengan orang lain demi tujuan bersama. Menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.

Emotional Competency Inventory (ECI) digunakan terutama untuk mengukur kecerdasan emosi di bidang industri dan organisasi. Hal ini terbukti dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa ECI berhubungan dengan hasil seperti kesuksesan hidup seseorang, kinerja departemen, persepsi kepemimpinan dalam kelompok, kinerja penjualan, kinerja pemadam kebakaran, kepuasan jamaah gereja, dan lain-lain (Wolff, 2005).

Sebelum melatih kecerdasan emosional, sebaiknya pahami dulu apa itu kecerdasan emosional yang juga sering disebut emotional intelligence atau emotional quotient (EQ). Menurut para pakar psikologi dan perkembangan mental, kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi yang dirasakan diri sendiri maupun

orang lain. Untuk melatih kecerdasan emosional diperlukan tindakan apa yang akan dilakukan ketika menghadapi situasi tertentu lalu mengamati dan merasakan setiap perubahan emosi, suasana hati, atau pola perilaku.

Indikator untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi menurut Geoleman (2000, hlm. 51) diantaranya yaitu: Self awareness (penyadaran emosi diri, self assessment, percaya diri), social awareness (empati, orientasi servis, penyadaran organisasi), self management (kontrol diri, mempercayai dan dipercaya, disiplin dan tanggung jawab, kemampuan adaptasi, dorongan berprestasi, inisiatif), social skill (membangun hubungan dengan orang lain, mempengaruhi, komunikasi, manajemen konflik, kepemimpinan, katalis perubahan, membangun ikatan, kerjasama dan kolaborasi). Khususnya pada orang-orang yang murni hanya memiliki kecerdasan akademis tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat. Dalam hubungan ini pengaruh gangguan emosional perlu diperhatikan, karena gangguan emosional dapat mempengaruhi psychological stability atau keseimbangan psikis secara keseluruhan, dan ini berakibat besar terhadap penampilan atlet di lapangan.

Dalam cabang olahraga apapun yang aktivitas gerakannya sangat banyak memerlukan kondisi fisik yang baik, karena merupakan syarat yang tidak dapat diabaikan dan penting sekali dalam mencapai prestasi yang tinggi. Disamping itu, kondisi fisik yang baik merupakan kunci keberhasilan dalam berbagai cabang olahraga. Pentingnya kondisi fisik Harsono mengungkapkan bahwa . Kondisi fisik atlet memegang peran yang sangat penting dalam program latihannya. Program latihan fisik haruslah direncanakan dengan baik dan sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan kemampuan fungsional tubuh sehingga memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Kalau kondisi fisik baik maka : 1) akan ada peningkatan dalam kemampuan system sirkulasi

dan kerja jantung, 2) akan ada peningkatan kekuatan, kelentukan, stamina, kecepatan, dan komponen kondisi fisik lainnya, 3) akan ada gerak yang lebih baik pada waktu latihan, 4) akan ada pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh apabila sewaktu-waktu respon demikian dilakukan

Atlet sepak bola yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengontrol emosi dan bertanding dengan baik. Didukung oleh penelitian Astarani (2010), apabila individu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka akan menunjukkan etos kerja yang baik. Hal tersebut dikarenakan individu mengerti cara untuk mengatur dan mengelola emosi dengan baik. Berdasarkan penelitian tersebut bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dan etos kerja. Individu yang memiliki kecerdasan emosional akan dapat bekerja dengan baik. Selain itu berdasarkan hasil penelitian oleh Saptoto (2010), yaitu terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan coping adaptif. Hal tersebut menunjukkan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosi tinggi, maka akan lebih mampu untuk menangani situasi yang menekan seperti stress. Atlet dengan kondisi gugup dan tertekan saat bertanding harus mampu menangani situasi tersebut. Memperhatikan hal tersebut, maka diperlukan kecerdasan emosional bagi pemain untuk dapat melakukan kontrol diri sehingga atlet tidak melakukan pelanggaran yang merugikan diri sendiri. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui kecerdasan emosional pada remaja pria atlet sepak bola di PS IKM Kota Jambi.

Menurut wikipedia, ada beberapa cara untuk mendefinisikan kecerdasan. Dalam beberapa kasus, kecerdasan bisa termasuk kreativitas, kepribadian, watak, pengetahuan, atau kebijaksanaan. Pengertian Kecerdasan IQ, EQ, SQ, AQ, CQ, dan ESQ, Setiap individu memiliki potensi diri, dan setiap potensi antara satu individu dengan individu yang lain pastilah berbeda. Potensi diri tersebut dibedakan menjadi dua, yakni potensi fisik dan potensi psikis. Potensi fisik menyangkut dengan keadaan dan kesehatan tubuh (kurus, gemuk, dan

lain-lain), wajah (ganteng, jelek, cantik dan lain-lain), dan ketahanan tubuh (mudah sakit atau tahan sakit). Sedangkan potensi psikis berhubungan dengan IQ (Intelligence Quotient), EQ (Emotional Quotient), SQ (Spiritual Quotient), AQ (Adversity Quotient), CQ (Creativity Quotient), dan ESQ (Emotional Spiritual Quotient yang merupakan gabungan dari EQ dengan SQ). Pengertiannya sebagai berikut:

1. Pengertian IQ (Intelligence Quotient)

IQ merupakan kepanjangan dari Intelligence Quotient yang artinya ukuran kemampuan intelektual, analisis, logika, dan rasio seseorang. IQ adalah istilah kecerdasan manusia dalam kemampuan untuk menalar, perencanaan sesuatu, kemampuan memecahkan masalah, belajar, memahami gagasan, berfikir, penggunaan bahasa dan lainnya.

2. Pengertian EQ (Emotional Quotient)

Kecerdasan emosional adalah kemampuan pengendalian diri sendiri, semangat dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, untuk membaca perasaan terdalam orang lain, dan berdoa, untuk memelihara hubungan dengan sebaik baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta untuk memimpin diri dan lingkungan sekitarnya.

3. Pengertian SQ (Spiritual Quotient)

Kecerdasan spiritual tidak selalu berhubungan dengan agama. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan jiwa yang dapat membantu seseorang membangun dirinya secara utuh. Kecerdasan spiritual berasal dari dalam hati, menjadikan kita

kreatif ketika dihadapkan pada masalah pribadi, dan mencoba melihat makna yang terkandung di dalamnya, serta menyelesaikannya dengan baik agar memperoleh ketenangan dan kedamaian hati. Kecerdasan spiritual membuat individu mampu memaknai setiap kegiatannya sebagai suatu ibadah.

4. Pengertian AQ (Adversity Quotient)

AQ adalah kemampuan\kecerdasan seseorang untuk dapat bertahan untuk menghadapi kesulitan dan mampu mengatasi tantangan hidup.

5. Pengertian CQ (Creativity Quotient)

Creativity adalah potensi seseorang untuk memunculkan suatu yang merupakan penemuan baru dalam bidang ilmu dan teknologi serta semua bidang lainnya.

6. Pengertian ESQ (Emotional Spiritual Quotient)

ESQ merupakan gabungan EQ dan SQ, yaitu Penggabungan antara pengendalian kecerdasan emosi dan spiritual. Definisi, Emosional Spiritual Quotient (ESQ) Model adalah Model Kemampuan seseorang untuk memberi Makna Spiritual terhadap Pemikiran, Perilaku/Ahklak dan Kegiatan, serta Mampu Menynergikan IQ (Intelegent Quotient) yang terdiri dari IQ Logika/Berpikir dan IQ Financial / Kecerdasan memenuhi kebutuhan hidupnya/keuangan, EQ (Emosional Quotient) dan SQ (Spiritual Quotient) secara komprehensif. Seorang pelatih harus memberikan metode latihan tersebut karena dalam sebuah buku yang berjudul Emotional Intelligence - 1996, seorang psikolog bernama Daniel Goleman mengatakan bahwa “orang yang memiliki IQ tinggi namun memiliki EQ rendah cenderung lebih sering gagal daripada orang yang memiliki EQ tinggi namun IQ rendah”. Dalam bukunya juga tertulis bahwa kesuksesan karir seseorang ditentukan dari 85% EQ dan 15% IQ.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan yang diungkapkan pada latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Belum diketahuinya emosi yang sering muncul pada pemain sepakbola U-15 tahun di PS IKM ketika menghadapi suatu pertandingan.
2. Belum diketahuinya tingkat kecerdasan emosi pemain sepakbola U-15 tahundi PS IKM.
3. Pemain sepakbola U-15 tahun di PS IKM yang memiliki kecenderungan untuk melakukan pelanggaran-pelanggaran yang dapat merugikan dirinya sendiri dan tim. Meningkatnya stress dalam pertandingan dapat mempengaruhi performa atlet saat bertanding

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah di atas agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Pada penelitian ini, permasalahan dibatasi pada “tingkat kecerdasan emosi pemain sepakbola U-15 Tahun di PS IKM”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimana tingkat kecerdasan emosi pemain sepakbola U-15 Tahun di PS IKM?”

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi pemain sepakbola U-15 tahun di PS IKM.

1.6 Manfaat Penelitian

Dari kegiatan penelitian yang dilakukan ini akan memberikan manfaat pada pengembangan ilmu kepelatihan. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut

1. Secara Teoretis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah yang berkaitan dengan kecerdasan emosi (EQ) pemain sepakbola U-15 tahun di PS IKM. Selain itu, juga sebagai masukan yang berarti bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi olahraga dengan cara memberi tambahan data empiris yang sudah teruji secara ilmiah dan merangsang kepada penelitian selanjutnya untuk mengadakan penelitian pada bidang psikologi olahraga.

2. Secara Praktis

- a. Memberikan masukan kepada pelatih maupun atlet cabang olahragasepakbola tentang kecerdasan emosi dan hubungannya dalam olahraga.
- b. Sebagai masukan dan sumber informasi dan evaluasi dalam usaha meningkatkan kecerdasan emosi pemain.

