

## Kecerdasan Emosional Atlet Futsal Putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu

Ari Sutisyana<sup>1</sup>, Yahya Eko Nopiyanto<sup>1</sup>, Bayu Insanistyo<sup>1</sup>,  
Nurhidayani<sup>1</sup>, Ipa Sari Kardi<sup>2</sup>, Ibrahim<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Bengkulu

<sup>2</sup> Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Cenderawasih

### Abstrak

Kecerdasan emosional menjadi faktor penentu keberhasilan seseorang dalam menekuni cabang olahraga. Namun, penelitian pada topik ini secara kuantitas belum banyak diteliti khususnya pada atlet futsal putri di Abhiseva Kota Bengkulu. Tujuan penulisan dalam artikel ini untuk menganalisis tingkat kecerdasan emosional atlet futsal putri di klub Abhiseva Kota Bengkulu. Data penelitian dikumpulkan menggunakan angket. Data yang terkumpul dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan nilai standar deviasi ideal dan nilai rerata ideal. Hasil penelitian menggambarkan bahwa tingkat kecerdasan emosional atlet terdiri dari tiga kategori. Sebanyak 3 atlet berada pada kategori sangat tinggi dengan nilai interval >68-80, 10 atlet berada pada kategori tinggi dengan nilai interval >56-68, dan 3 atlet berada pada kategori sedang dengan nilai interval >44-56, serta tidak ada atlet yang memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori rendah maupun sangat rendah. Merujuk pada hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa atlet putri di klub Abhiseva Kota Bengkulu memiliki tingkat kecerdasan emosional dengan kategori tinggi.

**Kata Kunci:** Kecerdasan Emosional, Futsal, Putri.

### Abstract

*Emotional intelligence is a determining factor for a person's success in pursuing sports. However, research on this topic in terms of quantity has not been studied much, especially on female's futsal athletes at Abhiseva Bengkulu City. The purpose of writing in this article is to analyze the level of emotional intelligence of female's futsal athletes at the Abhiseva club, Bengkulu City. Research data was collected using a questionnaire. The collected data were analyzed quantitatively using the ideal standard deviation value and ideal mean value. The results of the study illustrate that the level of emotional intelligence of athletes consists of three categories. A total of 3 athletes were in the very high category with interval values > 68-80, 10 athletes were in the high category with interval values > 56-68, and 3 athletes were in the medium category with interval values > 44-56, and none of the athletes had emotional intelligence levels in low or very low categories. Referring to the results of the study, it can be concluded that female athletes at the Abhiseva club in Bengkulu City have a high level of emotional intelligence.*

**Keywords:** Emotional Intelligence, Futsal, Female.

Correspondence author: Ari Sutisyana, Universitas Bengkulu, Indonesia.

Email: arisutisyana@unib.ac.id



Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training) is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## PENDAHULUAN

Perkembangan olahraga futsal di Kota Bengkulu memiliki tempat tersendiri bagi penggemarnya (Nopiyanto et al., 2023). Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya peningkatan minat atlet putri untuk berkomitmen mencapai prestasi pada olahraga futsal (Ulandari et al., 2021). Olahraga futsal merupakan olahraga tim yang dimainkan dengan intensitas tinggi dan memiliki peluang besar untuk terjadinya kontak bodi antar pemain (Oktavian & Roepajadi, 2021). Dengan tipe intensitas tinggi maka atlet futsal selayaknya memiliki keterampilan dasar yang baik dan kondisi fisik yang prima (Naser et al., 2017; Raibowo et al., 2021). Adanya peluang yang besar dalam kontak bodi antar pemain maka dibutuhkan kecerdasan emosional atlet untuk mampu mengendalikan jalannya pertandingan (Soylu et al., 2016; Dhani et al., 2021).

Menurut Goleman menyebutkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk memahami apa yang dirasakan, mengenali emosi, mengendalikan emosi, dan menggunakan emosi secara tepat sehingga memperoleh dampak yang positif (Ayan et al., 2017). Kecerdasan emosional membantu seseorang untuk mampu menentukan keputusan yang tepat dalam dirinya (Al-Mumin, 2017). Atlet yang memiliki kecerdasan emosional yang baik memiliki beberapa karakteristik seperti memiliki motivasi berprestasi tinggi, mampu mengatasi kecemasan, dan memiliki kepemimpinan dalam olahraga (Rubio et al., 2022). Pada level pertandingan yang tinggi, kecerdasan emosional akan mempengaruhi penampilan atlet (Aribas et al., 2017). Dalam referensi lainnya menyebutkan bahwa kecerdasan emosional akan mempengaruhi keterampilan psikologis atlet (Magrum et al., 2019).

Pada kajian yang lebih spesifik mengenai kecerdasan emosional pada atlet futsal ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan negatif antara kecerdasan emosional atlet futsal dengan tingkat kecemasan (Aufa & Komarudin, 2019). Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki oleh atlet futsal maka kecemasannya akan semakin rendah. Dalam referensi serupa disebutkan bahwa kecerdasan emosional memiliki

hubungan negatif terhadap agresivitas atlet futsal (Simanjorang & Wibowo, 2022). Dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional yang baik diperlukan oleh atlet futsal.

Secara teoritis kecerdasan emosional penting bagi kesuksesan atlet futsal. Namun realita di lapangan kecerdasan emosional belum sepenuhnya menjadi perhatian bagi orang-orang yang terlibat langsung pada kemajuan olahraga futsal khususnya pada atlet futsal putri di klub Abhiseva Kota Bengkulu. Berdasarkan pada kajian yang telah diungkapkan di atas maka perlu dilakukan analisis secara mendalam mengenai tingkat kecerdasan emosional atlet putri di klub Abhiseva Kota Bengkulu. Tujuannya adalah untuk mendeskripsikan tingkat kecerdasan emosional atlet futsal putri di klub Abhiseva Kota Bengkulu. Melalui hasil penelitian ini dapat menjadi informasi yang mendasar bagi pelatih untuk evaluasi dan menyusun program pengembangan khususnya kecerdasan emosional atlet futsal putri di klub Abhiseva Kota Bengkulu.

## **METODE**

Penelitian ini dirancang dengan menggunakan deskriptif kuantitatif. Penelitian telah dilaksanakan di klub Abhiseva Kota Bengkulu pada April - Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 25 atlet yang merupakan seluruh pemain futsal putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu. Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan *purposive sampling* atau pengambilan sampel dengan mempertimbangkan kriteria. Adapun kriteria yang diberlakukan oleh penelitian diantaranya adalah atlet yang telah berlatih aktif lebih dari 1 tahun, atlet pernah mengikuti kejuaraan resmi di daerah, atlet secara sukarela bersedia menjadi sampel penelitian. Berdasarkan pertimbangan yang telah dilakukan maka diperoleh sebanyak 16 sampel penelitian.

### **Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan angket kepada sampel. Sebelum dibagikan kepada sampel penelitian angket telah divalidasi oleh 2 orang ahli dan dinyatakan layak untuk digunakan. Angket terdiri dari 20 item pernyataan dan memiliki 4 pilihan jawaban yaitu sangat

setuju-sangat tidak setuju. Dalam item pernyataan terdapat item positif dan negatif. Sebaran dan kisi-kisi angket dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

**Tabel 1.** Kisi-kisi Angket

No	Indikator	Item Pernyataan	Positif	Negatif
1	Mengelola emosi	1, 2, 3, 4, 5	4	1
2	Memotivasi diri sendiri	6, 7, 8, 9, 10	4	1
3	Mengatur suasana hati	11, 12, 13, 14, 15	4	1
4	Membina hubungan	16, 17, 18, 19, 20	4	1

#### Teknik Analisis Data

Data dianalisis dengan menggunakan rumus nilai rerata ideal dan standar deviasi ideal.

$$Mi = \frac{ST+SR}{2}$$

$$SD = \frac{ST-SR}{6} \quad (1)$$

Keterangan:

Mi = Mean ideal;

ST = Skor maksimum;

SR = Skor minimum;

SD = Standar deviasi

**Tabel 2.** Penentuan Kriteria

No	Interval	Kategori
1	> (Mi + 1,8SD) s.d. (Mi + 3SD)	Sangat Tinggi
2	> (Mi + 0,6) s.d. (Mi + 1,8SD)	Tinggi
3	> (Mi - 0,6SD) s.d. (Mi + 0,6SD)	Sedang
4	> (Mi - 1,8SD) s.d. (Mi - 0,6SD)	Rendah
5	(Mi - 3 SD) s.d. (Mi - 1,8SD)	Sangat Rendah

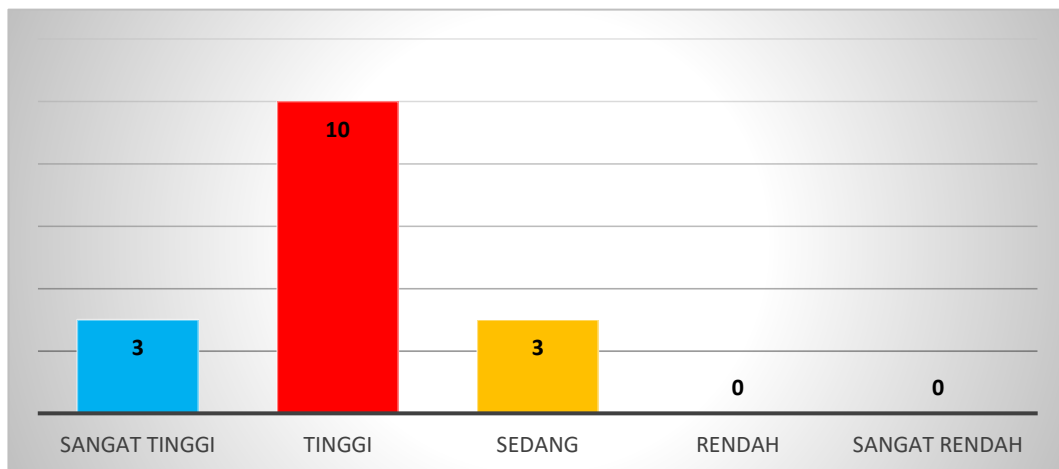
## HASIL

Hasil analisis tingkat kecerdasan emosional atlet futsal putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu ditampilkan dalam tabel 3 di bawah ini.

**Tabel 3.** Tingkat Kecerdasan Emosional Atlet

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	> 68-80	Sangat Tinggi	3	19%
2	> 56-68	Tinggi	10	63%
3	> 44-56	Sedang	3	19%
4	> 32-44	Rendah	0	0%
5	20-32	Sangat Rendah	0	0%

Melalui tabel 3 dapat dilihat bahwa terdapat tiga kategori tingkat kecerdasan emosional atlet futsal putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu. Pada kategori sangat tinggi terdapat 3 atlet, 10 atlet memiliki kecerdasan emosional tinggi, 3 atlet memiliki kecerdasan emosional sedang, dan tidak ada atlet yang memiliki kecerdasan emosional rendah maupun sangat rendah. Secara visual tingkat kecerdasan emosional atlet dapat dilihat pada gambar 1 di bawah ini.



**Gambar 1.** Informasi Pengukuran Tingkat Kecerdasan Emosional

## PEMBAHASAN

Tingkat kecerdasan emosional atlet futsal putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu berada pada kategori tinggi. Hal menunjukkan bahwa atlet putri memiliki kemampuan untuk mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengatur suasana hati, dan menjaga hubungan baik dengan orang lain. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan dalam diri individu untuk

mengelola suatu kegagalan, membangkitkan motivasi dalam menghadapi keterpurukan, mengelola keadaan emosinya, tidak udah berpuas diri dengan pencapaian, dan mengelola kondisi kejiwaannya (Norboevich, 2020). Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan selalu berpikir positif dalam keadaan terburuknya, tidak mudah panik dalam menghadapi suatu realitas (Nazri & Salamuddin, 2020).

Hasil penelitian ini mendukung temuan sebelumnya yang mengungkapkan bahwa atlet yang telah memenangkan suatu kejuaraan relatif memiliki kecerdasan emosi yang baik (Rajesh et al., 2021; Pujiyanto et al., 2023). Atlet yang terlatih secara aktif memiliki kecerdasan emosi yang baik dengan ditunjukkan pada kemampuan untuk mengelola emosi (Cobos-Sánchez et al., 2020). Merujuk pada hasil penelitian tersebut maka atlet futsal putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu juga memiliki kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik. Atlet dituntut untuk memiliki kemampuan dalam mengelola emosi pada setiap pertandingan yang diikutinya. Pada saat genting seperti masa *injury time* atau waktu tambahan, atau saat terjadinya skor yang sama kuat maka kemampuan mengelola emosi akan menjadi faktor penentu kemenangan (Handayani, 2019).

Secara umum terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi dapat dilihat dari dua aspek umum yaitu aspek keluarga dan aspek lingkungan sosial. Aspek lingkungan memegang peranan paling dominan dalam pembentukan kecerdasan emosi atlet. Artinya, jika orang tua dengan cara progresif memberikan bimbingan dan perhatian terhadap minat dan bakat olahraga anak maka akan terbentuk emosional anak maka secara sehat pada anak begitu sebaliknya. Pada aspek lingkungan sosial juga turut berkontribusi tercapainya kecerdasan emosional atlet (Malinauskas et al., 2018). Dukungan sosial baik secara psikis maupun fisik yang diberikan oleh pelatih, teman sebaya atau teman satu tim, dan staff klub akan memberikan dampak positif bagi kecerdasan emosional atlet (Azpiazu et al., 2023). Selain kedua aspek yang telah disebutkan sebelumnya, masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kecerdasan emosional diantaranya adalah derajat kesehatan, hubungan teman sebaya, suasana rumah, cara orang

tua mendidik anak, hubungan anak dengan keluarga, bimbingan orang tua terhadap anak, adanya aspirasi orang tua (Fitriyani, 2015).

Atlet putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu mampu mencapai tingkat kecerdasan emosional yang tinggi dikarenakan beberapa faktor diantaranya adalah derajat kesehatan yang baik secara fisik dan mendapatkan dukungan sosial yang baik. Dukungan sosial tersebut diperoleh dari dukungan dari orang tua yang sepenuhnya memberikan restu kepada anaknya untuk memilih jalan hidupnya untuk menekuni olahraga futsal. Selain itu, atlet mendapatkan dukungan sosial dari pelatih yang selalu memberikan instruksi maupun saran positif untuk perkembangan atlet. Terlebih lagi atlet futsal putri memiliki lingkungan yang positif dari teman sebaya atau teman satu klub. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan orang tua dan kecerdasan emosi memiliki hubungan signifikan positif (Teques et al., 2018).

Peran pelatih sangat krusial demi perkembangan atlet yang dibimbingnya (Ita et al., 2022). Kompetensi pelatih dalam merancang dan mengimplementasikan program latihan menentukan terbentuknya perkembangan mental emosional atlet (Negara et al., 2021). Cara pelatih membangun komunikasi dengan atlet juga turut berkontribusi pada kedekatan pelatih dan atlet (Sugihartono et al., 2021). Pelatih juga bertanggung jawab dan perlu memberikan bimbingan secara intensif kepada atlet mengenai kecerdasan mental atlet (Barlow & Banks, 2014).

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada kedalam materi yang diteliti karena mengungkapkan kecerdasan emosional dilihat dari empat indikator saja yaitu: mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengatur suasana hati, dan membina hubungan dengan orang lain. Sehingga pada aspek lain yang lebih mendalam mengenai kecerdasan emosional atlet futsal putri belum diungkapkan dalam penelitian ini.

## **KESIMPULAN**

Dapat disimpulkan bahwa atlet putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu memiliki kecerdasan emosional yang baik. Dari hasil penelitian ini direkomendasikan kepada atlet untuk dapat menjaga tingkat kecerdasan

emosional dengan melakukan program latihan mental secara mandiri. Selain itu, direkomendasikan kepada pelatih untuk dapat mengintegrasikan program latihan fisik dengan latihan mental atlet demi terjaganya kualitas mental atlet. Hasil penelitian berlaku terbatas pada ruang kelompok yang kecil khusus bagi atlet putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu. Oleh sebab itu, bagi peneliti selanjutnya dapat menambah jumlah sampel penelitian sehingga sampel dapat mewakili populasi dalam jumlah yang lebih besar.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa bantuan dari berbagai pihak khususnya atlet putri di Klub Abhiseva Kota Bengkulu yang telah bersedia secara sukarela memberikan informasi dengan jujur dan benar.

### REFERENSI

- AL-Mumin, H. S. (2015). Emotional intelligence function to predict the decision to take the first-class futsal referees. *Journal of Physical Education*, 27(4).
- Arribas Galarraga, S., Saies, E., Cecchini, J. A., Arruza, J. A., & Luis de Cos, M. I. (2017). The relationship between emotional intelligence, self-determined motivation and performance in canoeists. *Journal of human export and exercice*, 12(3) : 630-639
- Aufa, I., & Komarudin, K. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Pada Pemain Futsal UNY Saat Menghadapi Pertandingan. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 8(7).
- Ayan, S., Soyly, Y., Bozdal, Ö., & Alincak, F. (2017). Investigation of emotional intelligence level of university students. *European Journal of Physical Education and Sport Science*. <http://dx.doi.org/10.46827/ejpe.v0i0.701>
- Azpiazu, L., Antonio-Agirre, I., Fernández-Zabala, A., & Escalante, N. (2023). How Does Social Support and Emotional Intelligence Enhance Life Satisfaction Among Adolescents? A Mediation Analysis Study. *Psychology Research and Behavior Management*, 2341-2351. 10.2147/PRBM.S413068
- Barlow, A., & Banks, A. P. (2014). Using emotional intelligence in coaching high-performance athletes: a randomised controlled trial. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 7(2), 132-139. <https://doi.org/10.1080/17521882.2014.939679>



- Dhani, M. R. N., Supriadi, D., & Karisman, V. A. (2021, November). Effect Of Emotional Intelligence With Cooperation Ability On Futsal Game Performance. In *International Conference of Sport for Development and Peace* (Vol. 3, No. 1, pp. 74-80).
- Fitriani, L. (2015). Peran pola asuh orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak. *Lentera*, 17(1).
- Handayani, S. (2019). Peranan Psikologi Olahraga dalam Pencapaian Prestasi Atlet Senam Artistik Kabupaten Sijunjung. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 1-12. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i2.714>
- Ita, S., CS, A., Ibrahim, Kardi, I. S., & Nopiyanto, Y. E. (2022). Peningkatan Kompetensi Pelatih PPLP Papua Menuju Prestasi POPNAS Ke-XVI Tahun 2023. *Community Education Engagement Journal*, 4(1), 37–43. <https://doi.org/10.25299/ceej.v4i1.10597>
- Magrum, E. D., Waller, S., Campbell, S., & Schempp, P. G. (2019). Emotional intelligence in sport: A ten-year review (2008-2018). *International Journal of Coaching Science*, 13(2).
- Malinauskas, D. R., & Malinauskiene, V. (2018). The mediation effect of perceived social support and perceived stress on the relationship between emotional intelligence and psychological wellbeing in male athletes. *Journal of human kinetics*, 65, 291. DOI: 10.2478/hukin-2018-0017
- Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017). Physical and physiological demands of futsal. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 15(2), 76-80. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2017.09.001>
- Nazri, N., & Salamuddin, N. (2019). Ketahanan mental dan kecerdasan emosi dalam kalangan atlet berpasukan dan individu: Mental toughness and emotional intelligence among team and individual athlete. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 8(2), 8-18. <https://doi.org/10.37134/jsspj.vol8.2.2.2019>
- Negara, F. B., Yarmani, Y., & Nopiyanto, Y. E. (2021). Pengetahuan Psikologi Olahraga Pada Pelatih Renang dengan Prestasi Atlet Renang Di Rejang Lebong. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 228–239. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v2i2.16196>
- Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., Prabowo, A., Insanisty, B., Herdian, H., & Ibrahim, I. (2023). Analisis Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Futsal di Akademi SGF Kota Bengkulu. *Jurnal Patriot*, 5(2), 138-146. <https://doi.org/10.24036/patriot.v5i2.953>
- Norboevich, T. B. (2020). Analysis of psychological theory of emotional intelligence. *European Journal of Research and Reflection in*

*Educational Sciences*, 8(3), 99-104.

- Oktavian, M., & Roepajadi, J. (2021). Tingkat pemahaman penanganan cedera akut dengan metode rice pada pemain futsal yanitra fc sidoarjo usia 16-23 tahun. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 1(1), 55-65. <https://doi.org/10.26740/ijok.v1n1.p55-65>
- Pujianto, D., Nopiyanto, Y. E., Insanisty, B., Yarmani, Syafrial, Sugihartono, T., & Ibrahim. (2023). Emotional Intelligence: A Review of Student-Athletes at Physical Education Program. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(3), 540–547. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110305>
- Raibowo, S., Ilahi, B. R., Prabowo, A., & Nopiyanto, Y. E. (2021). Penguasaan Keterampilan Dasar Futsal UKM FORKIP Universitas Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 333-341. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4897656>
- Rajesh, C. B., Hussain, S., & Cherappurath, N. (2021). Role of socio-economic status and emotional intelligence on sports attainments: a cross-sectional study with women athletes in Kerala, India. *Materials Today: Proceedings*, 37, 2334-2340. <https://doi.org/10.1016/j.matpr.2020.08.007>
- Rubio, I. M., Ángel, N. G., Esteban, M. D. P., & Ruiz, N. F. O. (2022). Emotional intelligence as a predictor of motivation, anxiety and leadership in athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 7521. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127521>
- Simanjorang, A. C. O. N., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan agresivitas pada mahasiswa KBM Futsal Universitas X. *Journal of Psychology Humanlight*, 3(1), 15-25.
- Soylu, Y., Salman, M., Yilmaz, O. Y. O., & Güzelgöz, G. (2016). The investigation of emotional intelligence of men and women futsal athletes. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(2), 206-217.
- Sugihartono, T., Nopiyanto, Y. E., Raibowo, S., & Ilahi, B. R. (2021). The relationship between athletes' perceptions of Covid-19 and communication with the psychological skills. *Journal Sport Area*, 6(2), 183–192. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6\(2\).6337](https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6(2).6337)
- Teques, P., Calmeiro, L., Martins, H., Duarte, D., & Holt, N. L. (2018). Mediating effects of parents' coping strategies on the relationship between parents' emotional intelligence and sideline verbal behaviors in youth soccer. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 40(3), 153-162. <https://doi.org/10.1123/jsep.2017-0318>
- Ulandari, D. S., Pujianto, D., Prabowo, A., & Defliyanto, D. (2021). Survei

Tingkat Kondisi Fisik Vo2max Atlet Pada Klub Futsal Putri di Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 306-318.  
<https://doi.org/10.33369/gymnastics.v2i2.16234>