

Tingkat Kecerdasan Emosi Atlet Polo Air Sumatera Selatan

Martinus^{a,*}, Bayu Hardiyono^b, M. Nurdiansyah^{a,b,c}

^{a,b,c} Universitas Bina Darm, Jl. Jendral A. Yani No.3, Palembang 30264, Indonesia

* Alamat Surel: martinus@binadarma.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi Atlet Polo Air Sumatera Selatan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi berjumlah 14 orang dan sampel berjumlah 14 orang. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Sumatera Selatan berada pada kategori “kurang sekali” sebesar 0%, kategori “kurang” sebesar 42,9%, kategori “sedang” sebesar 21,4%, kategori “baik” sebesar 35,7%, dan kategori “baik sekali” sebesar 0%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Sumatera Selatan masuk dalam kategori kurang.

Kata kunci: Kecerdasan emosi, polo air

© 2019 Dipublikasikan oleh Universitas Negeri Semarang

1. Latar Belakang

Polo air merupakan olahraga beregu/tim, masing-masing regu/tim terdiri dari tujuh pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Pada dasarnya polo air menyerupai olahraga sepak bola, namun tentu saja olahraga ini dimainkan dalam air, sebuah regu memenangkan pertandingan dengan jalan mencetak gol lebih banyak dari pihak lawan. Polo air berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dan dewasa. Hal ini terbukti dengan munculnya klub polo air diberbagai kota besar di Indonesia, ditahun 2010 olahraga polo air berkembang dengan baik dengan terbukti sudah ada 11 provinsi yang mempunyai tim dibawah langsung induk olahraga renang yaitu PRSI (Persatuan Renang Seluruh Indonesia).

Dalam permainan polo air, memungkinkan adanya *body contact* yang sangat mudah untuk atlet bersinggungan secara langsung sehingga akan mudah memancing munculnya perasaan emosi. Gejala 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. Gejala emosi atlet yang muncul dengan kadar yang tinggi sangat mengganggu dan merugikan penampilan atlet untuk mencapai prestasi terbaiknya. Sukadiyanto (2009), menyatakan bahwa pengaruh emosi dalam olahraga dapat mengubah perilaku seseorang, mengganggu koordinasi gerak yang halus dan gerak yang kompleks, serta menghambat kinerja di lapangan. Meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara *negative* 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. Keadaan ini seringkali menyebabkan para atlet tidak dapat menampilkan permainan yang terbaik.

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 dicapai. Untuk itu pelatih diharapkan lebih memperhatikan keadaan mental atlet dan lebih aktif dalam memberikan program latihan yang mengarah pada faktor psikologis, dengan demikian kondisi yang sudah ada tidak menurun melainkan terus meningkat.

To cite this article:

Pertama, P., Kedua, P., & Ketiga, P. (2019). Klik di sini untuk menulis judul anda. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*

Latar belakang peneliti mengangkat masalah tingkat kecerdasan emosi pada atlet polo air Sumatera Selatan adanya kenyataan di lapangan para atlet ketika bertanding sering sekali tidak dapat mengontrol emosi dengan baik, sehingga mengganggu permainan secara individu maupun tim, berdasarkan observasi dan wawancara di lapangan dari narasumber pelatih dan asisten pelatih polo air Sumatera Selatan. Pada pelaksanaan PON 2004 di Sumatera Selatan, PON 2008 di Kalimantan Timur, PON 2012 di Riau Pekanbaru, dan terakhir PON 2016 di Bandung para atlet polo air Sumatera Selatan kurang fokus dan selalu terbawa emosi. Emosi yang terjadi di sini bukanlah berdampak positif bagi atlet itu sendiri maupun tim, melainkan berdampak negatif. Maka dari itu permasalahan ini dapat dijadikan referensi bagi atlet maupun pelatih untuk mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi para atlet agar nantinya dapat diperbaiki dan dicari pemecahannya.

Polo air merupakan olahraga yang memerlukan *body contact* atau bersentuhan secara langsung. Dengan demikian atlet polo air memerlukan kecerdasan emosi (EQ) yang baik agar dapat mencapai prestasi tinggi. Pemain haruslah pandai menjaga emosi baik di lapangan maupun di luar lapangan, karena ini mempengaruhi permainan. Penelitian tentang kecerdasan emosional (EQ) atlet Polo Air Sumatera Selatan belum pernah dilakukan. Maka, peneliti bertujuan melakukan penelitian tentang tingkat kecerdasan emosi (EQ) atlet Polo Air Sumatera Selatan, yang meliputi: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa tinggi tingkat kecerdasan emosi atlet polo air Sumatera Selatan? Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi Atlet Polo Air Sumatera Selatan. Dari kegiatan penelitian yang dilakukan ini akan memberikan manfaat pada pengembangan ilmu kepelatihan. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah yang berkaitan dengan kecerdasan emosi (EQ) atlet Polo Air Sumatera Selatan. 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. Memberikan masukan kepada pelatih maupun atlet cabang olahraga polo air tentang kecerdasan emosi dan hubungannya dalam olahraga.

2. Metode

2.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Menurut Suharsimi Arikunto (2010) penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya menggambarkan keadaan atau status fenomena. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Metode survei merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi atlet Polo Sumatera Selatan.

2.2. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek dan subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet putra polo air Sumatera Selatan yang berjumlah 24 atlet.

Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah atlet putra polo air Sumatera Selatan yang berjumlah 14. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *Purposive Sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan ketentuan dan kriteria tertentu. Dalam penelitian ini yang menjadi kriteria adalah atlet junior polo air Sumatera Selatan yang berusia di bawah 20 tahun. Jadi jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 14 orang atlet putra polo air Sumatera Selatan.

2.3. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat yang digunakan dalam melakukan penelitian untuk memperoleh data yang diinginkan. Penelitian ini berlokasi di Kolam Renang Lumban Tirta Palembang beralamat di jalan Jl. POM Kampus No.9, Lorok Pakjo, Ilir Barat I, Kota Palembang, Sumatera Selatan. Waktu penelitian adalah waktu berlangsungnya penelitian atau saat penelitian ini dilaksanakan. Penelitian ini dilakukan selama 1 minggu pada bulan Mei tahun 2018.

2.4. Teknik Pengumpulan Data

Suharsimi Arikunto (2006) menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen penelitian ini menggunakan angket. Sudjana (2007) angket adalah cara mengumpulkan data dengan menggunakan daftar isian atau daftar pertanyaan yang telah dipersiapkan dan disusun dengan sedemikian rupa sehingga calon responden tinggal mengisi atau menandai dengan mudah dan cepat.

Selanjutnya, Suharsimi Arikunto (2009) membagi angket menjadi dua jenis, yaitu angket terbuka adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden dapat memberikan isian sesuai dengan kehendak dan keadaannya. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu, sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Dalam angket ini disediakan empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS) dengan skor 4, Setuju (S) dengan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2, Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 1.

2.5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif. Menurut Pangestu (2008) statistik deskriptif adalah bagian dari statistik yang berfungsi untuk mengumpulkan data, menentukan nilai-nilai statistik dan pembuatan diagram atau grafik mengenai suatu hal agar dapat dipahami.

Suharsimi Arikunto (2007) rumus yang digunakan untuk mencari persentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Deskripsi Penelitian angket sebelum digunakan untuk penelitian harus dilakukan uji coba terlebih dahulu, agar angket tersebut memenuhi kriteria sebagai alat pengumpulan data yang baik. Menurut Suharsimi Arikunto (2003: 42) bahwa tujuan diadakannya uji coba, antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen, mencari pengalaman dan mengetahui realibilitas. Uji coba instrumen dilakukan kepada atlet polo air putra senior berusia 21 tahun keatas yang berjumlah 8 orang atlet. Uji coba dilakukan di tempat atlet biasanya berlatih yaitu di kolam renang Lumban Tirta Palembang dengan cara memberikan selebaran angket untuk dijawab dan diisi oleh para atlet senior.

3.2. Uji Validitas

Adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Suharsimi Arikunto, 2002: 144). Sedangkan cara untuk mengukur validitas yaitu dengan teknik korelasi Product Moment pada taraf signifikan 5%. Validitas butir diketahui dengan mengkorelasikan skor-skor

yang ada pada butir yang dimaksud dengan skor total. Kriteria pengambilan keputusan untuk menentukan valid jika harga r hitung $\geq$ harga r tabel pada taraf signifikansi 5%. Jika harga r hitung lebih kecil dari harga r tabel (df 8) pada taraf signifikansi 5%, yaitu 0,707, maka butir instrumen yang dimaksud tidak valid. Dari hasil uji coba angket terdapat 18 butir pernyataan yang tidak valid dan 32 butir pernyataan yang valid. Sehingga angket yang akan digunakan untuk penelitian adalah berjumlah 32 pernyataan. Sedangkan untuk butir pernyataan yang tidak valid terdapat pada butir soal no 1, 3, 11, 15, 17, 20, 26, 28, 30, 34, 36, 38, 40, 43, 45, 47, 48, dan 50.

3.3. Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Suharsimi Arikunto, 2002: 170) Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk penghitungan keterandalan instrumen menggunakan rumus Alpha Cronbach. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa instrumen angket adalah reliabel dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.979. Jadi nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ yaitu $0,979 > 0,707$ dan data dikatakan reliabel.

3.4. Hasil Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah atlet polo air putra Sumatera Selatan yang berjumlah 14 orang atlet. Penelitian ini dilaksanakan dengan cara membagi angket pernyataan kepada sampel untuk diisi. Kemudian data yang sudah diisidilolah untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi atlet polo air putra Sumatera Selatan. Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan hasil-hasil pengumpulan data, yaitu tentang jawaban responden atas angket yang diberikan kepada responden untuk mengukur tingkat kecerdasan emosi atlet polo air putra Sumatera Selatan. Data untuk mengidentifikasi tingkat kecerdasan emosi atlet polo air putra Sumatera Selatan diungkapkan dengan angket yang terdiri atas 32 pernyataan dan terbagi dalam lima faktor, yaitu mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase menggunakan bantuan komputer program SPSS versi 18.0 for windows. Dari analisis data tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Sumatera Selatan diperoleh skor terendah (minimum) 90, skor tertinggi (maksimum) 106, rerata (mean) 97,07, nilai tengah (median) 95, nilai yang sering muncul (mode) 90, standar deviasi (SD) 6,019.

3.5. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Sumatera Selatan berada pada kategori “kurang sekali” sebesar 0%, kategori “kurang” sebesar 42,9%, kategori “sedang” sebesar 21,4%, kategori “baik” sebesar 35,7%, dan kategori “baik sekali” sebesar 0%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Putra Sumatera Selatan masuk dalam kategori kurang.

Hal ini sesuai dengan hasil observasi dan wawancara dengan pelatih yang mengatakan bahwa tingkat kecerdasan emosi pada atlet polo air Sumatera Selatan adanya kenyataan di lapangan para atlet ketika bertanding sering sekali tidak dapat mengontrol emosi dengan baik, sehingga mengganggu permainan secara individu maupun tim. Pada pelaksanaan PON 2004 di Sumatera Selatan, PON 2008 di Kalimantan Timur, PON 2012 di Riau Pekanbaru, dan terakhir PON 2016 di Bandung para atlet polo air Sumatera Selatan kurang fokus dan selalu terbawa emosi.

Keterampilan dasar emosional tidak dapat dimiliki secara tiba-tiba, tetapi membutuhkan proses dalam mempelajarinya dan lingkungan yang membentuk kecerdasan emosional tersebut besar pengaruhnya. Hal positif akan diperoleh bila anak diajarkan keterampilan dasar kecerdasan emosional, secara emosional akan lebih cerdas, penuh pengertian, mudah menerima perasaan-perasaan dan lebih banyak pengalaman dalam memecahkan permasalahannya sendiri, sehingga pada saat remaja akan lebih banyak sukses di sekolah dan dalam berhubungan dengan rekan-rekan sebaya serta akan terlindung dari resiko-resiko seperti obat-obat terlarang, kenakalan, kekerasan serta seks yang tidak aman (Gottman, 2001: 250).

4. Simpulan

Berdasarkan deskripsi data, hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa:

- bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Sumatera Selatan berada pada kategori “kurang sekali” sebesar 0%, kategori “kurang” sebesar 42,9%, kategori “sedang” sebesar 21,4%, kategori “baik” sebesar 35,7%, dan kategori “baik sekali” sebesar 0%.
- Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Putra Sumatera Selatan masuk dalam kategori kurang.

Daftar Pustaka

- Arikunto. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Agus Efendi. 2007. Kecerdasan. [http://edukasi.kompasiana.com/2017/08/06/ psikologi-perkembangan-465465.html](http://edukasi.kompasiana.com/2017/08/06/psikologi-perkembangan-465465.html). diunduh pada tanggal 6 Agustus 2017.
- Endang Purwanti. 2010. Pendekatan Kuantitatif dalam Penelitian Pola. FKIP: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Erik Istrada. 2009. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi terhadap Kecemasan Pada Atlet Sebelum Menghadapi Pertandingan Bulutangkis. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Goleman, Daniel. 2006. Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting dari IQ. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gottman, John. 2007. Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional (terjemahan). Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock. 2009. Ciri-Ciri Masa Remaja. Jakarta. Gramedia
- Robert Ebel L. 2006. Essentials of Educational Measurement. New Jersey: Englewood Clift. Prentice Hall Inc.
- Saphiro, Lawrence E. 2008. Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak. Jakarta: Gramedia.
- Buzan. 2006. Kecerdasan Emosional Dengan Cara Berpikir Orisinil. Jakarta: Rineka Cipta.
- Slameto. 2007. Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Kulaitatif Kuanitatif dan R&D. Bandung: CV Alfabeta
- Sudjana. 2009. Kisi-kisi Penyusunan Angket Motivasi Dan Penilaian Dalam Proses Belajar. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
-