

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Futsal adalah permainan yang cepat dan dinamis, oleh karena itu apabila ingin mendapatkan permainan yang diharapkan dalam permainan tersebut, sebaiknya tidak dimainkan hanya dengan permainan individual melainkan dengan kerjasama tim yang baik agar permainan futsal menjadi lebih efektif dan efisien sehingga permainan saat di lapangan menjadi se-optimal mungkin. Dari segi lapangan yang relatif kecil akan sering terjadi benturan antar pemain, waktu yang relatif singkat hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan, karena tim yang telah tertinggal sulit untuk mengejar ketertinggalan dan pemain harus tetap tenang apabila timnya sedang dalam keadaan tertinggal. Wasit terkadang dapat melakukan kesalahan, tetapi pemain harus tetap taat pada peraturan permainan, oleh karena itu setiap pemain diwajibkan untuk memiliki kemampuan mengendalikan emosi.

Kondisi psikologis seperti kemampuan mengendalikan emosi dan motivasi sangat dibutuhkan dalam permainan futsal, hal ini disebabkan karena futsal merupakan olahraga permainan dengan intensitas yang tinggi, lapangan yang relatif kecil, waktu yang singkat, sehingga para pemain mudah terpancing emosinya dan apabila skornya tertinggal atau kalah sulit untuk memotivasi dirinya sendiri. Ketika pemain tidak dapat mengendalikan emosi dengan baik dan motivasi yang jelek, kondisi demikian akan berdampak buruk pada penampilannya, baik secara individu maupun secara tim. Sebaliknya, apabila pemain dapat mengendalikan emosi dan mempunyai motivasi tinggi permainan akan terkontrol dan akan mempunyai semangat bermain. Mengenai pernyataan di atas, Goleman (1998, hlm. 58) menjelaskan bahwa:

Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus-menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

**Adhika Pratama, 2015**

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KEMAMPUAN MENGENDALIKAN EMOSI DAN MOTIVASI PADA ATLET FUTSAL PUTERI UKM UPI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pada dasarnya emosi terdiri dari dua macam yaitu emosi positif dan emosi negatif, kedua emosi ini akan muncul pada diri pemain saat dalam pertandingan. seorang pemain futsal dituntut untuk bisa mengatur emosinya agar emosi yang dikeluarkan adalah emosi yang positif yang dapat membawa penampilan permainannya lebih baik. Sebab kemampuan pemain untuk mengendalikan dan mengelola emosi dapat membantu mencapai kesuksesan dalam suatu pertandingan. Seperti yang dikutip dari sumber internet [www.futsalife.com](http://www.futsalife.com) bahwa:

Gejolak emosi dapat mengganggu keseimbangan psikofisiologis seperti gemetar, sakit perut, kejang otot dan sebagainya. Dengan terganggunya keseimbangan fisiologis maka konsentrasi pun akan terganggu, sehingga pemain tidak dapat tampil maksimal. Seringkali seorang pemain mengalami ketegangan yang memuncak hanya beberapa saat sebelum pertandingan dimulai dan bisa dipastikan pemain tersebut tidak akan dapat bermain dengan baik. Konsentrasinya akan buyar, strategi yang sudah disiapkan tidak dapat dijalankan, bahkan dia tidak tahu harus berbuat apa.

Dari pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa emosi yang negatif akan membawa keterpurukan pada penampilan seorang pemain dalam bertanding dan dapat merugikan tim secara keseluruhan. Karena emosi negatif akan sulit dikontrol dan biasanya pemain akan cepat lelah serta cenderung bermain dengan kasar.

Selain kemampuan mengendalikan emosi, pemain juga harus selalu menjaga motivasi saat timnya dalam keadaan tertinggal ataupun kalah dalam pertandingan, pemain harus tetap termotivasi untuk bisa bertanding dengan baik. Pemain yang baik akan tetap mempunyai semangat untuk melakukan pertandingan-pertandingan berikutnya saat timnya kalah, baik itu kekalahan disebabkan karena kesalahan dirinya sendiri maupun orang lain. Pemain yang baik tidak akan terpuruk akibat kegagalan-kegagalan, tetapi justru akan lebih termotivasi untuk memberikan sesuatu yang lebih baik lagi.

Setiap individu memiliki kondisi internal, kondisi tersebut berperan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Salah satu dari kondisi internal tersebut adalah motivasi. Motivasi adalah dorongan dasar pada diri seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya, tanpa dorongan untuk berprestasi seorang pemain akan sulit untuk mencapai prestasi,

Adhika Pratama, 2015

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KEMAMPUAN MENGENDALIKAN EMOSI DAN MOTIVASI PADA ATLET FUTSAL PUTERI UKM UPI**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

misalkan seseorang yang berkeinginan menjadi juara. Seorang pemain harus mampu menjaga motivasinya agar tetap dalam kondisi optimal selama dalam proses berlatih maupun dalam pertandingan. Motivasi juga dapat dibedakan dengan melaksanakan dan mau melaksanakan. motivasi adalah kekuatan baik dari dalam maupun dari luar dirinya yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu. Komarudin (2013, hlm. 24) menjelaskan bahwa:

Motivasi dapat didefinisikan sebagai dorongan yang berasal dari dalam atau dari luar individu untuk melakukan suatu aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan dan besaran upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktivitas sehingga dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Motivasi dapat dibedakan menjadi dua jenis, motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri individu dan motivasi ekstrinsik berasal dari luar diri individu, motivasi intrinsik biasanya tidak ketergantungan kepada orang lain berbeda dengan motivasi ekstrinsik yang ingin mengharapkan imbalan dari orang lain. Motivasi merupakan dorongan yang muncul karena diberikan oleh seseorang kepada orang lain atau dari diri sendiri, dorongan tersebut bermaksud agar pemain bermain lebih baik dari yang sebelumnya.

Motivasi dan kemampuan mengendalikan emosi akan muncul apabila seorang pemain futsal mempunyai tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Mengenai pembahasan kecerdasan emosional Goleman (1998, hlm. 45) menjelaskan bahwa:

Pada frase ciri-ciri seseorang memiliki kecerdasan emosional adalah 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 berpikir, berempati dan berdoa.

Menurut pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan dan memahami lebih efektif terhadap daya kepekaan emosi yang mencakup kemampuan memotivasi diri sendiri dengan efektif, dan mampu mengendalikan emosi yang dapat digunakan untuk membimbing pikiran untuk mengambil keputusan yang terbaik. Pentingnya kecerdasan emosional dalam permainan futsal yaitu pemain membutuhkan emosi yang baik, mampu mengendalikan emosi pada saat bertanding dan memotivasi

diri, apabila semua itu ada dalam diri seorang pemain maka tingkat kecerdasan emosional pemain dalam bertanding akan baik.

Pengertian dari kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali emosi orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, kemampuan mengendalikan emosi, baik pada diri sendiri maupun orang lain. Dari pengertian tersebut ada kecenderungan arti bahwa pemain futsal yang baik dituntut untuk mempunyai motivasi dan dapat mengendalikan emosi yang baik untuk menegakkan nilai-nilai sportifitas dalam bertanding.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan yang dikemukakan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Mengendalikan Emosi dan Motivasi pada Atlet Futsal Puteri UKM UPI”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka penulis, merumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional dengan kemampuan mengendalikan emosi pada atlet futsal puteri UKM UPI ?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional dengan motivasi pada atlet futsal puteri UKM UPI ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan kemampuan mengendalikan emosi pada atlet futsal puteri UKM UPI.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan motivasi pada atlet futsal puteri UKM UPI.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Secara Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengungkap berbagai hal yang bermanfaat.
- b. Diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi masyarakat dan lembaga olahraga dalam pengembangan ilmu keolahragaan khususnya hubungan kecerdasan emosional dengan kemampuan mengendalikan emosi dan motivasi pada atlet futsal putri UKM UPI.
- c. Diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan psikologi olahraga, psikologi kepelatihan, dan sebagai pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman bagi pelatih mengenai hubungan kecerdasan emosional dengan kemampuan mengendalikan emosi dan motivasi pada atlet futsal diharapkan mempunyai respon yang baik kepada setiap pemain.
- b. Diharapkan mendapat gambaran mengenai hubungan kecerdasan emosional atlet futsal dengan kemampuan mengendalikan emosi dan motivasi di lapangan dan menjadikannya semangat dan diharapkan dapat membentuk mental yang baik dan sportif saat bertanding kepada setiap pemain sehingga dapat berprestasi.

## **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Penelitian ini akan dituliskan dalam bentuk laporan penelitian yang terdiri dari lima bab; pendahuluan, kajian teoritis, kerangka berpikir, prosedur penelitian, hasil pengolahan dan analisis data, kesimpulan dan saran. Adapun rincian penelitian tersebut sebagai berikut:

Bab satu mengenai pendahuluan akan memberikan gambaran mengenai penelitian yang meliputi; latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan Struktur organisasi skripsi.

Bab dua akan mengkaji mengenai tinjauan pustaka berdasarkan teori-teori yang berisikan; pengertian kecerdasan emosional, pengertian kemampuan

**Adhika Pratama, 2015**

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KEMAMPUAN MENGENDALIKAN EMOSI DAN MOTIVASI PADA ATLET FUTSAL PUTERI UKM UPI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mengendalikan emosi, hakikat motivasi, hakikat futsal, hubungan kecerdasan emosional dengan kemampuan mengendalikan emosi dan motivasi, kerangka pemikiran, hipotesis penelitian.

Bab tiga akan membahas mengenai prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini meliputi; metode penelitian, lokasi, populasi, dan sampel penelitian, desain penelitian, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik pengumpulan data, prosedur pengolahan data, pelaksanaan pengumpulan data, pengolahan analisis data.

Bab empat akan membahas hasil analisa data, diskusi terkait temuan yang ada, dan bab lima akan membahas mengenai kesimpulan dan saran.