

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Berkembangnya kompetisi olahraga dalam setiap harinya membuat atlet berlatih untuk meningkatkan kemampuan fisiknya, sehingga pada setiap pertandingan, atlet akan memiliki kemampuan fisik yang relatif sama dengan atlet lainnya. Akan tetapi, masing-masing atlet akan memiliki kemampuan yang berbeda pada segi psikologis, keberhasilan dalam olahraga profesional tidak hanya tergantung pada kuatnya fisik atlet dan strategi, akan tetapi kemampuan psikologis sangat menentukan keberhasilan (Cox, 2005). Dengan kata lain, setiap cabang pertandingan olahraga, psikologis merupakan komponen yang penting, sehingga atlet perlu memiliki tingkat keterampilan psikologi yang tinggi. Psikologis memiliki kontrol dalam mengendalikan emosi, mengontrol kehidupan, dan meningkatkan percaya diri (Silva, et al, 2016). Aspek yang terkandung dalam psikologis diantaranya kecerdasan emosional dan *self-efficacy*.

Kecerdasan emosional sebagai kemampuan psikologis untuk menjembatani kesenjangan antara kondisi kognitif dan emosional, kecerdasan emosional dipandang sebagai bentuk kecerdasan lain, termasuk kemampuan untuk bernalar dan memecahkan masalah berdasarkan emosi seseorang (Mayer, et al 2000). Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali dan mengekspresikan emosi dalam diri dan memahami emosi orang lain (Mouton, et al, 2013).

Dapat di artikan, dasar dari kecerdasan emosional mengacu pada perbedaan individu dalam persepsi, pemrosesan, regulasi, dan pemanfaatan informasi emosional. Dengan kecerdasan emosional, individu menjadi lebih memahami performa yang mereka miliki, singkatnya tingkat kecerdasan emosional seseorang berdampak terhadap hasil kinerja yang ia lakukan (Gill, 2016). Dengan kata lain, kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk mengenali dan memahami keadaan emosi yang ada pada dirinya, juga dapat merasakan dan peka terhadap emosi orang lain yang ada disekitarnya, sehingga dengan memiliki

kecerdasan emosional yang baik akan berdampak pada hasil kinerja yang dilakukan.

Konsep kecerdasan emosional terbagi menjadi perspektif yang berbeda, yaitu model sifat dan model kemampuan (Mikolajczak, 2006). Kecerdasan emosional dalam model kemampuan meliputi empat dimensi: (a) identifikasi emosi, (b) pemanfaatan emosi, (c) pemahaman emosi dan (d) regulasi emosi (Mayer, J.D., & Salovey, 1997). Kecerdasan emosional pada model kemampuan dapat mempengaruhi dalam kinerja maksimal (Petrides, & Furnham, 2003). Dapat di artikan, bahwa seorang atlet harus mampu mengidentifikasi emosi, yaitu dengan mencari tahu sumber sumber yang dapat mempengaruhi emosi, seperti cemas, tegang, takut, marah, kecewa, dan lain-lain. Mampu memanfaatkan emosi, yang dialami untuk dijadikan sebuah motivasi dalam melaksanakan tugas yang diberikan pelatih. Mampu memahami emosi yang ada pada dirinya atau pada diri orang lain disekitarnya. Mampu meregulasi emosi dengan mengendalikan emosi agar menjadikannya suatu yang positif.

Dalam konteks aktivitas fisik, kecerdasan emosional sangat berkaitan dengan sikap positif atlet terhadap aktifitas fisik. (Laborde, 2016). Kecerdasan emosional terbukti memiliki peran penting terhadap respon atlet dalam situasi yang tertekan (Sylvain 2014). Atlet yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat meredam tingkat stressnya dibandingkan dengan atlet yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah, dengan demikian kecerdasan emosional dapat membantu atlet dalam mengatasi stress (Sylvain, 2011). Dengan demikian, kecerdasan emosional dapat meningkatkan keberhasilan dalam performa atlet (Kajbafnezhad, 2011).

Selain kecerdasan emosional, *self efficacy* merupakan aspek psikologis yang harus dimiliki oleh seorang atlet, *Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melakukan suatu tugas tertentu (Bandura, 1997). keyakinan akan mempengaruhi tindakan yang dipilih untuk dilakukan, dan berupaya sekuat tenaga agar mereka dapat bertahan menghadapi rintangan dan kegagalan serta ketangguhan jika menghadapi kemunduran *self-efficacy* dibangun

oleh 4 sumber utama yaitu 1) pengalaman menguasai sesuatu, 2) modeling sosial, 3) persruasi sosial, 4) kondisi fisiologis dan emosi.

Pengalaman yang dimiliki saat melakukan tugas menjadi faktor yang lebih kuat pada peningkatan *self-efficacy* dibandingkan dengan tidak memiliki pengalaman dalam melakukan tugas tersebut (Ackerman, 1995; Feltz, 1982, 1988; Mugno, 1983; Vancouver, 2002; Williams, 2001). *Self-efficacy* memainkan peran penting selama kinerja dilakukan (misalnya, membantu menentukan apakah seseorang dapat mempertahankan upaya yang dilakukan ketika menghadapi kesulitan) (Karwowski, 2017). Pengalaman terhadap tugas yang telah dilakukan akan lebih meningkatkan *self-efficacy*, dengan demikian penilaian individu atas kemampuan pribadi dalam situasi tertentu dan keyakinan bahwa, melakukan tindakan atas keinginan dirinya sendiri akan mengarah pada hasil yang diinginkan.

Semakin besar *self-efficacy* yang dirasakan seseorang, semakin besar kemungkinan individu untuk menguasai dan mengatasi tugas yang menantang. Selanjutnya dapat dikatakan *self efficacy* merupakan suatu kegigihan, antusias, komitmen dan perilaku intruksional (Tschannen, et al, 2001). Peningkatan *self-efficacy* akan meningkat secara linier dengan pengalaman tugas yang berbeda, tergantung pada tingkat konsentrasi dan kegigihan (Shard, 2005).

Banyak faktor yang membentuk *self-efficacy* termasuk pengalaman atas kegagalan yang dialami, dan terus mencoba untuk mendapatkan keberhasilan, melihat dan mencari tahu apa yang menjadi sumber kesuksesan seseorang, dan dijadikan acuan pada dirinya bahwa saya juga mampu untuk melakukannya, semangat dan bujukan dari orang terdekat akan meningkatkan rasa yakin dan mampu melakukan tugas yang diberikan pengetahuan akan tugas yang dilakukan mempengaruhi seseorang untuk mampu melakukannya.

Beberapa studi menyatakan bahwa terdapat hubungan positif *self-efficacy* dengan performa (Lisa, 2014),. *Self-efficacy* yang dirasakan telah sepenuhnya terkait dengan hasil yang bermakna seperti kegigihan, antusiasme, komitmen, dan perilaku instruksional. Hasil menunjukkan *self-efficacy* mengatur keadaan seseorang dalam kinerja seseorang pada segi pola fikir dan motivasi (Sklett, et al, 2018)

Ramdhani rahman, 2019

Dari pemaparan para peneliti di atas, dapat disimpulkan pada yaitu atlet yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan yakin dengan kemampuan dirinya untuk mampu melakukan tugas yang diberikan meskipun sulit baginya, dengan keyakinan yang dimilikinya akan mempengaruhi tindakan yang dipilih untuk dilakukan, dan berupaya sekuat tenaga agar dapat bertahan menghadapi rintangan dan kegagalan serta ketangguhan jika menghadapi kemunduran.

Penelitian yang telah dikaji terkait kecerdasan emosional dengan *self-efficacy* saling berhubungan positif, beberapa studi telah di unkapkan. Hasil menunjukkan hubungan positif antara kecerdasan emosional dan variabel terkait kinerja dan hubungan positif *self-efficacy* dengan kinerja (Chan, 2004). hasil penelitian lain menunjukkan *self efficacy* saling berhubungan dengan keterampilan sepakbola (Lowther, et al, 2002). Hasil kecerdasan emosional dapat meningkatkan kemampuan dari dua keterampilan yaitu memukul dan melempar *baseball* (Zizzi, et al, 2003). Berdasarkan hasil penelitian tersebut di atas berkenaan dengan kecerdasan emosional dan *self-efficacy* memiliki hubungan terhadap kinerja dan keterampilan, akan tetapi peneliti baru menemukan penelitian terkait dalam cabang olahraga lain.

Kecerdasan emosional dan *self-efficacy* pada olahraga khususnya cabang olahraga dayung kayak slalom belum ditemukannya penelitian terkait hal tersebut, maka dari itu peneliti akan membahas mengenai nomor kayak slalom. Kayak slalom merupakan nomor pertandingan yang menggunakan jenis perahu berbeda dari nomor pertandingan balap pada umumnya, hal ini dikarenakan lintasan yang digunakan berbeda dari nomor balap yang berada di air yang tenang, sedangkan lintasan yang digunakan untuk pertandingan kayak slalom berada di lintasan yang berarus deras dan memiliki gelombang air yang besar, sehingga perahu yang digunakan memiliki model dan bentuk yang berbeda.

Kondisi air dengan arus deras menjadi tantangan bagi atlet untuk melewati gawang-gawang yang disediakan, hal ini tentu perlu juga memiliki kondisi fisik yang prima. Kemampuan teknis pendayung mungkin dipengaruhi oleh kekuatan mereka, misalnya mereka mungkin tidak dapat melakukan manuver tertentu yang membutuhkan input fisik yang besar (Hunter, Cochrane, & Sachlikidis, 2008).

Ramdhani rahman, 2019

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN SELF-EFFICACY DENGAN PENGUASAAN TEKNIK ROLL KAYAK SLALOM**

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

Selain kekuatan fisik yang besar diperlukannya kecerdasan emosional yang baik. Atlet *canoeing* yang berlatih dengan berkelanjutan dalam waktu yang lama, maka kecerdasan emosional yang ada pada dirinya akan relative stabil dan bahkan terjadi peningkatan (Arribas-Galarraga, et al, 2017).

Kayak slalom merupakan olahraga yang menuntut atletnya untuk menguasai teknik-teknik dasar, namun pada pertandingan yang dilakukan dalam slalom kayak arus deras adalah melewati gawang dengan sempurna sampai ke garis finish. Dengan demikian, atlet harus mampu mengendalikan perahu dengan baik dan memasuki gawang yang menjadi rintangan dan dapat mengatasi kesalahan teknis seperti terbaliknya perahu saat perlombaan berlangsung.

Adapun ketika dalam pertandingan perahu yang ditumpangi atlet bisa saja sewaktu-waktu dapat terbalik, sehingga atlet harus mampu mengembalikan perahu ke permukaan air untuk melanjutkan pertandingan maka dalam hal ini aspek yang paling mendasar adalah atlet harus menguasai teknik *roll* dan teknik lainnya supaya dapat kembali melanjutkan perlombaan hingga garis finish. Berdasarkan hasil pengamatan dan fakta di lapangan ketika dalam event Pekan Olahraga Daerah (PORDA) tahun 2018 cabang olahraga dayung khususnya nomor slalom, 60% atlet tidak mampu mengikuti pertandingan dikarenakan perahu yang ditumpangnya terbalik dan tidak mampu mengembalikan kembali perahu ke permukaan air, peneliti mencoba untuk melakukan observasi kepada setiap atlet yang gagal melakukan teknik eskimoroll banyak dari mereka menyatakan bahwa mereka panik, takut, tidak percaya diri, tegang dan tidak yakin mampu melakukan teknik tersebut dengan kondisi arus yang deras sehingga dinyatakan tidak mampu menyelesaikan perlombaan oleh wasit maupun panitia pertandingan.

Olahraga dayung khususnya nomor kayak slalom merupakan olahraga yang tergolong *extreme* atau berbahaya, dalam beberapa kasus kejuaraan banyak dalam berbagai event kejuaraan seringkali mengalami perahu terbalik karena terhantam arus dan tidak jarang banyak atlet yang kesulitan dalam mengembalikan perahu ke posisi permukaan air, bahkan sering kali atlet tidak mampu untuk mengembalikan perahu tersebut. Sehingga, atlet tersebut dinyatakan tidak dapat melanjutkan perlombaan. Berdasarkan banyaknya kasus yang ada, penulis mencoba untuk

melakukan observasi kepada atlet yang mengalami hal tersebut, dan dapat disimpulkan dari hasil observasi tersebut bahwa setiap atlet bukan tidak bisa melakukan teknik membalikan perahu atau *roll* melainkan banyak berbagai macam factor dan kendala yang ada pada dirinya sendiri.

Hasil dari latar belakang masalah yang telah dipaparkan, peneliti mengidentifikasi bahwa kecerdasan emosional dan *self-efficacy* merupakan bagian terpenting dalam proses latihan teknik *roll* kayak slalom, mengembalikan perahu ke permukaan air atau *roll* merupakan syarat penting dalam sebuah pertandingan dan menentukan hasil dalam mendayung, ada beberapa hal yang mengakibatkan proses latihan cenderung lama yang dapat diidentifikasi. Kurangnya rasa yakin pada diri atlet mengakibatkan atlet ragu untuk berlatih *roll* meskipun sudah bisa melakukan teknik *roll* tersebut, atlet merasa takut untuk berlatih teknik *roll* karena harus membalikan perahu dan dirinya, dengan lokasi latihan yang berada di arus sehingga atlet cenderung sukar dalam berlatih.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, peneliti merumuskan kembali permasalahan yang timbul, sehingga peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan penguasaan teknik *roll* kayak slalom?
2. Apakah terdapat hubungan *self-efficacy* dengan penguasaan teknik *roll* kayak slalom?
3. Apakah terdapat hubungan secara bersamaan kecerdasan emosional dan *self-efficacy* dengan penguasaan teknik *roll* kayak slalom?

## **1.2. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka disusun beberapa tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan penguasaan teknik *roll* kayak slalom?
2. Untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan penguasaan teknik *roll* kayak slalom?

Ramdhani rahman, 2019

*HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN SELF-EFFICACY DENGAN PENGUSAHAAN TEKNIK ROLL KAYAK SLALOM*

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

3. Untuk mengetahui hubungan secara bersamaan kecerdasan emosional dan *self-efficacy* dengan penguasaan teknik *roll* kayak slalom?

### **1.3. Manfaat Penelitian**

#### 1.3.1. Manfaat Teoritis

1. Secara teoritis penelitian ini bermanfaat untuk melihat ada atau tidaknya ilmu pengetahuan hubungan kecerdasan emosional dan *self-efficacy* dengan penguasaan teknik *roll* kayak slalom.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pembaca sebagai informasi dalam proses latihan, ilmu pengetahuan, peningkatan mutu dalam latihan dayung khususnya nomor kayak slalom.

#### 1.3.2. Manfaat Praktis

1. Bagi pelatih khususnya pelatih dayung nomor kayak slalom akan mendapatkan referensi untuk lebih meningkatkan kualitas latihan.
2. Bagi atlet akan mendapatkan pengetahuan baru terkait melatih mental dan untuk memperbaiki kekurangan yang ada pada dirinya.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat dijadikan sumber rujukan atau kepustakaan untuk penelitian yang akan dilakukan, juga untuk menjadi sumber inspirasi dalam menemukan hal hal baru dalam olahraga khususnya cabang olahraga dayung.

### **1.4. Struktur Organisasi Penelitian**

Struktur organisasi yang tertuang dalam BAB I Pendahuluan terdiri dari latar belakang masalah yang didalamnya tertulis mengenai identifikasi masalah yang akan diteliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah penelitian dan struktur organisasi penelitian. Struktur organisasi yang tertuang dalam BAB II Kajian Pustaka/ Landasan Teoritis terdiri dari konsep-konsep, teori-teori, dalil-dalil, hokum-hukum, model-model dan rumus-rumus utama serta turunannya dalam bidang yang dikaji. Selain itu terdapat pula penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dan hipotesis penelitian. Stuktur organisasi yang tertuang dalam BAB III Metode Penelitian terdiri dari desain dan metode penelitian, populasi dan sample penelitian, instrument penelitian, dan pengolahan data penelitian. Stuktur organisasi yang tertuang dalam BAB IV Hasil penelitian dan Pembahasan terdiri dari pembahasan hasil penelitian yang diperoleh dalam penelitian dan pembahasan pembahasan hasil dari penelitian.

Ramdhani rahman, 2019

*HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN SELF-EFFICACY DENGAN PENGUSAHAAN TEKNIK ROLL KAYAK SLALOM*

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

Dalam bab ini berisi kesimpulan penelitian dan saran yang bersifat konstruktif bagi institusi yang bersangkutan.

Ramdhani rahman, 2019

*HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN SELF-EFFICACY DENGAN PENGUASAAN TEKNIK ROLL KAYAK SLALOM*

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