

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERILAKU AGRESIF
PEMAIN SEPAK BOLA DENGAN PERFORMA BERMAIN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi
Pendidikan Kepelatihan Olahraga



oleh

Brilian Aditya Nabawi

1701803

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERILAKU AGRESIF
PEMAIN SEPAK BOLA DENGAN PERFORMA BERMAIN**

Oleh

Brilian Aditya Nabawi

NIM 1701803

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga

©Brilian Aditya Nabawi

Universitas Pendidikan Indonesia

2023

Hak cipta dilindungi Undang-undang,
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau Sebagian
Dengan dicetak ulang, difotocopy, atau cara lain tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERILAKU AGRESIF
PEMAIN SEPAK BOLA DENGAN PERFORMA BERMAIN**

Brilian Aditya Nabawi

1701803

Disetujui dan disahkan oleh :
Pembimbing I



Dr. H. Ucup Yusup. M., Kes. AIFO

NIP. 195810211985031002

Pembimbing II



Dr. Moch. Yamin Saputra, M.pd

NIP. 198207242014041001

Mengetahui:
Ketua Program Studi
Pendidikan Keperawatan Olahraga



Dr. Mulyana, M.Pd.

NIP. 197108041998021001

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERILAKU AGRESIF PEMAIN SEPAK BOLA DENGAN PERFORMA BERMAIN

ABSTRAK

Oleh: **Brilian Aditya Nabawi**

Pembimbing I: Dr.H. Ucup Yusup, M.kes., AIFO

Pembimbing II: Dr. Moch. Yamin Saputra, M.Pd

Permasalahan yang penulis ajukan pada penelitian ini mengenai regulasi emosi dan perilaku agresif pada pemain sepakbola. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan performa bermain, hubungan perilaku agresif dengan performa bermain, dan hubungan antara regulasi emosi dan perilaku agresif dengan performa bermain pemain sepakbola secara bersama-sama. Alasan dilaksanakannya penelitian ini ingin mengetahui regulasi emosi yang dimiliki pemain sepakbola remaja dan perilaku agresif yang dapat membuat remaja melakukan tindakan destruktif sehingga berpengaruh dengan performa bermain. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah 24 pemain Jatira Bandung Soccer berusia 15 tahun yang bertanding dikompetisi askot kota bandung tahun 2022. dengan menggunakan teknik *total sampling*, Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket kuisisioner regulasi emosi dan perilaku agresif. Berdasarkan hasil pengelolaan dan analisis data terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan perilaku agresif dengan performa bermain sepakbola, dengan nilai signifikansi sebesar $0,022 < 0,05$ yang berarti bahwa variabel regulasi emosi dan perilaku agresif dengan performa bermain pemain sepakbola berhubungan signifikan, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,553 artinya tingkat hubungan antar variabel pada tingkat yang sedang, dan diperoleh nilai koefisien determinasi (*R square*) sebesar 0,306 yang berarti bahwa pengaruh variabel regulasi emosi dan perilaku agresif dengan performa bermain adalah sebesar 31%.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Perilaku Agresif, dan Performa Bermain

*) Mahasiswa Prodi PKO FPOK Universitas Pendidikan Indonesia Angkatan 2017

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION REGULATION AND AGGRESSIVE BEHAVIOR OF SOCCER PLAYERS WITH PLAYING PERFORMANCE

ABSTRACT

By: Brilian Aditya Nabawi

The Advisor I by: Dr.H. Ucup Yusup, M.kes., AIFO

The Advisor II by: Dr. Moch. Yamin Saputra, M.Pd

The problems that the authors propose in this study are about emotional regulation and aggressive behavior in football players. The purpose of this study is to determine the relationship between emotional regulation and playing performance, the relationship between aggressive behavior and playing performance, and the relationship between emotional regulation and aggressive behavior with playing performance of football players together. The reason for conducting this research is to find out the emotional regulation possessed by teenage football players and aggressive behavior that can make teenagers take destructive actions so that it affects playing performance. The method used in this research is descriptive. The population of this study were 24 Jatira Bandung Soccer players aged 15 years who competed in the Bandung city askot competition in 2022. by using the total sampling technique, the research instrument used was a questionnaire of emotional regulation and aggressive behavior. Based on the results of data management and analysis, there is a significant relationship between emotional regulation and aggressive behavior with the performance of playing football, with a significance value of $0.022 < 0.05$, which means that the variables of emotional regulation and aggressive behavior with the performance of playing football players are significantly related, with a correlation coefficient value of 0.553, which means that the level of relationship between variables is at a moderate level, and the coefficient of determination (R square) of 0.306 is obtained, which means that the influence of emotional regulation variables and aggressive behavior with playing performance is 31%.

Keywords: Emotion Regulation, Aggressive Behavior, and Playing Performance

**) Students of the 2017 FPOK PKO Study Program.*

DAFTAR ISI

<u>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI</u>	i
<u>PERNYATAAN</u>	ii
<u>KATA PENGANTAR</u>	iii
<u>UCAPAN TERIMAKASIH</u>	iv
<u>ABSTRAK</u>	vi
<u>ABSTRACT</u>	vii
<u>DAFTAR ISI</u>	viii
<u>DAFTAR TABEL</u>	x
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	xi
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	xiii
<u>BAB I PENDAHULUAN</u>	1
<u>1.1 Latar Belakang</u>	1
<u>1.2 Rumusan masalah</u>	4
<u>1.3 Tujuan Penelitian</u>	4
<u>1.4 Manfaat Penelitian</u>	4
<u>1.5 Batasan Masalah</u>	5
<u>1.6 Stuktur Organisasi Skripsi</u>	6
<u>BAB II TINJAUAN PUSTKA</u>	8
<u>2.1 Regulasi emosi</u>	8
<u>2.1.1 Definisi Emosi</u>	8
<u>2.1.2 Pengertian Regulasi Emosi</u>	9
<u>2.1.3 Aspek Regulasi Emosi</u>	10
<u>2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi</u>	11
<u>2.1.5 Proses Regulasi Emosi</u>	13
<u>2.2 Performa Sepak bola</u>	13
<u>2.2.1 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Performa Pemain Sepakbola</u>	15
<u>2.2.2 Pengukuran Performa Pemain Sepak Bola</u>	17
<u>2.2.3 Karakteristik Sepak Bola</u>	19
<u>2.2.4 Karakteristik Lapangan Pertandingan Sepak bola</u>	19

2.3 Perilaku Agresif.....	20
2.3.1 Penegertian Perilaku Agresif	20
2.3.2 Faktor Penyebab Perilaku Agresif	21
2.4 Kerangka Pemikiran	22
2.5 Hipotesis	24
<u>BAB III METODELOGI PENELITIAN.....</u>	24
3.1 Metodologi Penelitian	24
3.2 Desain penelitian	25
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	26
3.4 Populasi dan Sampel	27
3.4.1 Populasi.....	27
3.4.2 Sampel.....	28
3.5 Instrumen Penelitian.....	28
3.5.1 Instrumen Regulasi Emosi	29
3.5.2 Instrumen Perilaku Agresif.....	30
3.5.3 Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	33
3.5.4 <i>Game Performance Assessment Instrument (GPAI)</i>	34
3.5 Teknik Penumpulan Data	38
3.6 Teknik Analisis Data.....	40
3.6.1 Uji Normalitas Data	41
3.6.2 Uji Linieritas Data.....	42
3.6.3 Uji Hipotesis	42
<u>BAB IV TEMUAN DAN HASIL PEMBAHASAN.....</u>	43
4.1 Hasil Pengolahan dan Analisis data	43
4.1.1 Deskriptif Data Statistik	44
4.1.2 Deskripsi Data Regulasi Emosi.....	45
4.1.3 Deskripsi data Perilaku Agresif	47
4.1.4 Deskripsi Data Performa Bermain	49
4.1.5 Uji Normalitas.....	50
4.1.6 Uji Linieritas	51
4.1.7 Uji Heteroskedastisitas.....	52

4.2 Analisis Regresi.....	53
4.2.1 Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Performa Bermain.....	54
4.2.2 Hubungan Antara Perilaku Agresif dengan Performa Bermain.....	55
4.2.3 Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Perilaku Agresif dengan Performa Bermain.....	56
4.3 Diskusi Penemuan.....	57
<u>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI</u>	60
5.1 Simpulan.....	60
5.2 Implikasi dan Rekomendasi.....	60
<u>DAFTAR PUSTAKA</u>	62
<u>LAMPIRAN</u>	66
<u>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</u>	85

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 <i>Games Performance Aassessment Instrument</i>	15
Tabel 3.1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	28
Tabel 3.2 Indikator Skala Regulasi Emosi.....	30
Tabel 3.3 Indikator Skala Perilaku Agresif.....	31
Tabel 3.4 Kisi-kisi Angket Regulasi Emosi dan Perilaku Agressif.....	32
Tabel 3.5 Deskripsi Nilai Angket Regulasi Emosi dan Perilaku Agresif.....	33
Tabel 3.6 Kriteria Penilaian GPAI Pada Permainan Sepakbola	37
Tabel 3.7 Format Tabel Penilaian GPAI.....	38
Tabel 3.8 Indeks Cara Memberikan Nilai Permainan GPAI.....	39
Tabel 4.1 Hasil Uji Statistik Regulasi Emosi dan Perilaku Agresif dengan Performa Bermain	45
Tabel 4.2 Indikator data Regulasi Emosi	46
Tabel 4.3 Klasifikasi Data Regulasi Emosi.....	47
Tabel 4.4 Indikator Data Perilaku Agresif	48
Tabel 4.5 Klasifikasi Data Perilaku Agresif	49
Tabel 4.6 Hasil Data Performa Bermain	50
Tabel 4.7 Uji Normalitas <i>Shapiro - Wilk</i>	52
Tabel 4.8 Uji Linieritas	53
Tabel 4.9 Uji Heteroskedastisitas.....	54
Tabel 4.10Tingkat Kekuatan Hubungan Antar Variabel	55
Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Regulasi Emosi dengan Performa	56
Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Perilaku Agresif dengan Performa	57
Tabel 4.13 Hasil Analisis Regresi sederhana.....	58
Tabel 4.14 Hasil Regresi Ganda.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan Standar Peraturan FIFA	20
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	26
Gambar 3.2 Langkah-langkah penelitian	27
Gambar 4.1 Data Regulasi Emosi	46
Gambar 4.2 Persentas Regulasi Emosi.....	47
Gambar 4.3 Data Perilaku Agresif	48
Gambar 4.4 Persentase Perilaku Agresif.....	49
Gambar 4.5 Hasil Data Performa Bermain	50
Gambar 4.6 Persentase Regulasi Emosi dan Perilaku Agresif dengan Performa Bermain	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Skripsi.....	67
Lampiran 2 Buku Bimbingan Skripsi	72
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	75
Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian.....	76
Lampiran 5 Nilai Data Keseluruhan Regulasi Emosi	77
Lampiran 6 Nilai Data Keseluruhan Perilaku Agresif	78
Lampiran 7 Nilai Data GPAI	79
Lampiran 8 Deskriptif Statistik Regulasi Emosi dan Perilaku Agresif dengan Performa	80
Lampiran 9 Uji Normalitas	81
Lampiran 10 Linieritas	82
Lampiran 11 Heteroskedastisitas	82
Lampiran 12 Regresi.....	83
Lampiran 13 Dokumentasi	84

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, N. I. (2021). *PELATIHAN REGULASI EMOSI UNTUK MENURUNKAN STRES PADA REMAJA PONDOK PESANTREN* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Albin, R. S. (1986). *Emosi bagaimana mengenal, menerima, dan Mengarahkannya*. Yogyakarta: Kanisius
- Araújo Rui Procedural knowledge, decision-making and game performance analysis in Female Volleyball's attack according to the player's experience and competitive success
- Buss, A. H., and Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459.
- Carysa, Y. T. (2019). *Pengaruh Regulasi Emosi Dengan Agresifitas Pada Pemain Sepak Bola Usia Remaja*. Yogyakarta: repository.usd.ac.id.
- Daniel Goleman. (2002). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Dwi Satya Asri. (2020, Juni 14). *HUBUNGAN ANTARA PENGUASAAN PERATURAN PERTANDINGAN, MANAJEMEN STRES DAN REFEREE-EFFICACY DENGAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN WASIT PADA CABANG OLAHRAGA TAEKWONDO*. Retrieved Februari 23, 2022, from Repository UPI: <http://repository.upi.edu/43076/>
- Dini dan Indrijati. (2014). Hubungan antara kesepian dengan perilaku agresif pada anak didik di lembaga permasyarakatan anak blitar. *Jurnal Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga*. 3(3). 30-36.
- Dwityaputri. Y. K., dan Sakti. H. (2015). Hubungan antara regulasi emosi dengan forgiveness pada siswa di SMA Islam Cikal Harapan BSD-Tangerang Selatan. *Jurnal Empati*, 4(2), 20-25.
- Fiwka, E. (2019). *Pengertian Sepakbola Menurut Para Ahli*. Retrieved Januari 14, 2022, from Master Pendidikan: <https://www.masterpendidikan.com/2019/11/8-pengertian-sepakbola-menurut-para-ahli.html>
- Firdaus, M. T., Muhari, H., Christiana, E., & Pratiwi, T. I. (2013). Faktor-faktor penyebab perilaku agresif pada siswa di SMP kelurahan kedung asem Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 2(1), 68-78.

- Gross, J. J., and Barrett, L. F. (2011). Emotion generation and emotion regulation: One of two depends on your point of view. *Emotion Review*, 3(8), 7-16. doi: 10.1177/1754073910380974
- Gross, J. J., and Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. Dalam James J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York, USA: The Guilford Press.
- Helmsen, J., Koglin, U., & Petermann, F. (2012). Emotion regulation and aggressive behavior in preschoolers: The mediating role of social information processing. *Child Psychiatry Human Development*, 43:87-101. 10.1007/s10578-011-0252-3.
- Janah, M. R., Rifayani, Hastuti., Ernawati, Sri. (2014). Emotion regulation to reducing aggressive behavior in resolving interpersonal conflict on student smk. Seminar Nasional dan *Call for Papers Uniba*, 10-16. Jurnal Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada. 1, 21-29.
- Kartono, M. (2005). Perbandingan perilaku agresif antara remaja yang berasal dari keluarga bercerai dengan keluarga utuh. *Jurnal Psikologi Vol*, 3(1), 1.
- Kostiuk, L. M., and Fouts, G. T. (2002). Understanding of emotions and emotion regulation in adolescent females with conduct problems: A qualitative analysis. *The Qualitative Report*, 7(1).
- Krishnaveni, K., and Shahin, A. (2014). Aggression and its influence on sport performance. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 1(2), 29-32.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Luxbacher, J. (2011). *Sepakbola*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Mawardah. M., dan Adiyanti. MG. (2014). Regulasi emosi dan kelompok teman sebaya pelaku cyberbullying. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 60-73.
- Mayangsari, E. D., & Ranakusuma, O. I. (2014). Hubungan regulasi emosi dan kecemasan pada petugas penyidik POLRI dan penyidik PNS. *Jurnal psikogenesis*, 3(1), 13-27.
- Metzler. (2000). Instructional Models for Physical Education. *Journal of Chemical Information and Modeling*, Vol. 53, Issue 9, pp. 1689–1699.
- Mutia Mawardah, M. A. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya. *JURNAL PSIKOLOGI*, 60-73.

- Mu'tadin, Z. (2002). Kemandirian sebagai kebutuhan psikologis pada remaja. *E. Psikologi*, 5.
- Nurmalitasari, Femmi. (2015). Perkembangan sosial emosi pada anak usia prasekolah. *Buletin Psikologi*, 23(2), 103-111.
- Nurhasan, (2001). Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya. Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas, Jakarta.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development*. Jakarta: Kencana.
- Pratami, Mutia Erianti. 2014. Pengaruh Penerapan Soccer Like Games Dengan Hasil Belajar Permainan Sepakbola.
- Pradana, I. W. (2021). *Efektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas VIII MTs Silahul Ulum* (Doctoral dissertation, IAIN KUDUS).
- Reyna, dkk. (2011). The buss-perry aggression questionnaire: Construct validity and gender invariance among argentinean adolescents. *International Journal of Psychological Research*, Universidad de San Buenaventura. 4(2), 30-37.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor : 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*.
- Putra, R. (2022). *PENGELOMPOKAN PERFORMA PEMAIN SEPAK BOLA INDONESIA MENGGUNAKAN METODE FUZZY C-MEANS* (Studi kasus: Liga 1 PSSI 2018) (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- S.A. Mitchell, J.L. Oslin, L. L. G. (2013). *Teaching Sport Concept and Skills*.
- Santoso, Arif Teguh. 2017 *Olahraga Untuk Performa Atlet*
- Santrock, J. (2007). *Remaja Jilid 1*, Edisi Kesebelas. Alih Bahasa Widyasinta. Jakarta: Grafindo Persada
- Sarwono. (2002). *Psikologi sosial: psikologi kelompok dan psikologi terapan*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Setiawahyu. 2014. Pengaruh Gaya Mengajar Dan Kemampuan Awal Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu |

- Silaen, A. C., dan Dewi. K. S. (2015). Hubungan antara regulasi emosi dengan asertivitas: Studi korelasi pada siswa di SMA Negeri 9 Semarang. *Jurnal Empati*, 4(2), 175-181.
- Sin, Tjung Hauw. (2017). Tingkat percaya diri pemain sepak bola dalam menghadapi pertandingan. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 163-174. doi: 10.26638/jfk.414.2099
- Sobur, A. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia
- Suci priyatni, N. Z. (2021). PERILAKU AGRESIF SISIWA DILIHAT DARI REGULASI EMOSI. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 28-33.
- Sucipto. (2000). *Diktat Pembelajaran Sepakbola*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2013. *Metode penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Sukardi, P. (2003). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- suryabrata, S. (2003). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: PT Raja Grafinda Persada.
- Sukadiyanto. (2005). Olahraga, majalah ilmiah. fakultas ilmu keolahragaan UNY, 11(3), 289-391.
- Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran psikologis*. Yogyakarta: Penerbit USD.
- Supratiknya, A. (2016). Kuantifikasi validitas isi dalam asesmen psikologis.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi
- Yogyakarta: Sanata Dharma University Press. Syahadat, Y. M. (2013). Pelatihan regulasi emosi untuk menurunkan perilaku agresif pada anak. *Humanitas*, X(1), 19-36.