EFEKTIFITAS KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Ahmad Rum Bismar^{1*}, Sudiadharma²

Keywords :

Kecerdasan Emosional;
Menggiring Bola

Correspondensi Author

¹ Universitas Negeri Makassar,

ahmad.rum.bismar@unm.ac.id

² Universitas Negeri Makassar,

sudiadharma@unm.ac.id

ABSTRACT

This study aims to see the effectiveness of emotional intelligence with dribbling skills in soccer games among students of the Faculty of Sport Sciences, Makassar State University. The study population consisted of all students of the Faculty of Sport Science, State University of Makassar who had passed the TP subject. Football with a total sample of 30 people of the 2017 batch of Sports Coaching Education Department. This type of research is correlation, data collection is done by testing techniques and data processing is done by statistical analysis of the correlation with a value of 0.420 Sig. (2-tailed) 0.021. Based on the table of correlation assessment criteria, it is concluded that emotional intelligence has an effectiveness on dribbling skills in students of the Faculty of Sport Sciences, Makassar State University..

Article History

Received: Agustus 2020;

Reviewed: Agustus 2020;

Accepted: September 2020;

Published: Oktober 2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektifitas kecerdasan emosional dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar. Populasi penelitian ini ada seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar yang telah lulus matakuliah TP. Sepakbola dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang angkatan 2017 Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Jenis penelitian ini adalah korelasi, pengumpulan data di lakukan dengan teknik tes dan pengolahan data di lakukan dengan analisis statistik korelasi memperoleh nilai 0,420 Sig. (2-tailed) 0,021. Berdasarkan tabel kriteria penilaian korelasi maka disimpulkan kecerdasan emosional memiliki efektifitas terhadap keterampilan menggiring bola pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.

PENDAHULUAN

Awal sejarah munculnya olahraga sepakbola masih mengundang perdebatan. Beberapa dokumen menjelaskan bahwa sepakbola lahir sejak masa romawi, sebagian

lagi menjelaskan sepak bola berasal dari tiongkok (Daryanto & Hidayat, 2015). FIFA sebagai badan sepak bola dunia secara resmi menyatakan bahwa sepak bola lahir dari daratan Cina yaitu berawal dari permainan

masyarakat Cina abad ke-2 sampai dengan ke-3 SM. Olah raga ini saat itu dikenal dengan sebutan “tsu chu” (Valentino & Ardian, 2017; Permadi, 2016; Yanti & Afriani, 2019). Dalam salah satu dokumen militer menyebutkan, pada tahun 206 SM, pada masa pemerintahan Dinasti Tsin dan Han, masyarakat Cina telah memainkan bola yang disebut tsu chu. Tsu sendiri artinya “menerjang bola dengan kaki”. Sedangkan chu, berarti “bola dari kulit dan ada isinya”. Permainan bola saat itu menggunakan bola yang terbuat dari kulit binatang, dengan aturan menendang dan menggiring dan memasukkannya ke sebuah jaring yang dibentangkan diantara dua tiang.

Permainan sepakbola merupakan permainan kelompok yang melibatkan banyak unsur, seperti fisik, teknik, taktik, dan mental menurut (Herwin, 2006). Muhdhor (2013) mengemukakan bahwa Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan 11 orang. Permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit berukuran 27-28 inci. Ganesha (2010), menjelaskan bahwa Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola yang diperebutkan oleh para pemain dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola.

Berdasarkan beberapa sumber di atas maka dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah suatu permainan beregu yang mempunyai unsur fisik unsur teknik unsur taktik dan unsur mental, yg dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang yang dimainkan dengan kaki kecuali pejuang gawang diperbolehkan menggunakan tangan di area kotak penalti (Maryatun, 2015).

Terdapat beberapa aspek yang menjadi faktor sehingga dapat meningkatkan prestasi atlet. Menurut Harsono (1988), ada empat aspek latihan yang harus diperhatikan secara seksama, yaitu latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, dan latihan mental. a.

Perkembangan fisik yang menyeluruh amatlah penting, oleh karena tanpa kondisi fisik yang baik atlet tidak akan dapat mengikuti latihan-latihan dengan sempurna (Sahabuddin et al., 2020). b. Latihan teknik adalah latihan untuk mem-permahir teknik-teknik gerakan yang diperlukan untuk melakukan suatu gerakan. Latihan teknik adalah latihan yang khusus dimaksudkan guna membentuk dan mengembangkan kebiasaan motorik atau perkembangan neomuskular. Oleh karena itu, gerakan-gerakan dasar setiap bentuk teknik yang diperlukan dalam sepakbola haruslah dilatih dan dikuasai secara baik. C. Latihan Taktik Untuk menumbuhkan perkembangan *interpretive* atau daya taksir pada atlet. Teknik-teknik gerakan yang telah dikuasai dengan baik, kini haruslah Dituang kan dan diorganisir dalam pola-pola permainan, bentuk-bentuk, dan formasi-formasi permainan, serta taktik dan strategi pertahanan dan penyerangan sehingga berkembang menjadi suatu kesatuan gerak yang sempurna. d. Latihan yang lebih mene-kankan pada perkembangan kedew-asaan (maturitas) atlet serta perkem-bangan emosional dan implusif: misalnya semangat bertanding, sikap pantang menyerah, keseimbangan emosi, percaya diri, sportivitas, kejujuran, dan sebagainya.

Teknik Teknik Dasar Sepak Bola Dalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola, Mielke (2007) menjelaskan teknik dasar dalam permainan sepakbola sebagai berikut: a. Teknik *shooting* (menendang), b. Teknik *passing* (Operan), c. Teknik *dribbling* (Menggiring), d. Teknik *trapping*. e. Teknik menyundul bola (*heading*), f Teknik merebut bola (*tackling*), g. Teknik lemparan kedalam *throw-in* . h. Teknik menjaga gawang *goalkeeping* . Berdasarkan beberapa definisi yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa teknik dasar sepakbola merupakan gerakan yang wajib dimiliki oleh setiap pemain untuk melakukan sebuah gerakan dalam permainan sepakbola. Apabila pemain tersebut memiliki teknik dasar yang baik dalam mengelola bola,

maka pemain tersebut dapat bermain sepakbola dengan baik. Penguasaan teknik dasar permainan sepakbola merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu tim atau regu di dalam suatu pertandingan sepakbola. Diantara semua macam-macam teknik dasar yang sudah dijelaskan tersebut yang menarik untuk dikaji adalah teknik dasar menggiring dalam sepakbola.

Menggiring bola Menurut Hasanah (2007), *Dribbling* dalam sepak bola dapat didefinisikan sebagai cara menguasai bola dengan kaki pada saat kamu bergerak atau bermain di lapangan. Selanjutnya Lawson dan Placek (1981), menjelaskan bahwa menggiring bola ialah membawa bola sambil berlari yang mana bola dalam kontrol atau tetap dalam penguasaan. Sedangkan Jones Ken (1984) mengemukakan bahwa menggiring (*dribbling*) adalah merubah arah dan kecepatan bola dengan sentuhan-sentuhan kaki yang cepat. Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*) ada beberapa macam cara menggiring bola, yaitu: a. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam. 1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam. 2) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola, tetapi tiap langkah secara teratur menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki. Dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut lawan. 3) Pada saat menggiring bola lutut kedua kaki harus selalu ditekuk, dan pada waktu kaki menyentuh bola, mata melihat pada bola, selanjutnya melihat situasi di lapangan. b. Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh. 1) Posisi kaki sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki penuh. 2) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola sesuai dengan irama langkah lari tiap langkah dengan kura-kura kaki penuh bola didorong di depan dekat kaki. c. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar. 1) Posisi kaki

menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar. 2) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir kedepan, dan bola harus selalu dekat dengan kaki. 3) Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola, dan selanjutnya melihat situasi lapangan. Selanjutnya menurut Mielki (2007), teknik menggiring bola yaitu: a. dribbling dengan Sisi Kaki Bagian Luar b. *dribbling* Menggunakan Kura-Kura Kaki. c. Melakukan *dribbling* atau mengoperkan bola. d. *Slalom Dribble*

Pengertian Kecerdasan pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Setiap individu dalam memecahkan suatu permasalahan akan ditentukan oleh kecerdasan yang dimilikinya. Menurut Goddard (Azwar, 2002). kecerdasan adalah kemampuan seseorang untuk menyelesaikan masalah -masalah yang langsung dihadapi dan untuk mengantisipasi masalah-masalah yang akan datang. Seorang pemain sepakbola perlu ditunjang dengan kecerdasan, namun demikian tetap harus memiliki kematangan emosinya. Sebagai contoh pada pertandingan sepakbola sering ditemukan pemain yang tidak dapat meraih prestasi yang setara dengan kemampuan inteligensinya (Permadi, 2016).

Kecerdasan adalah pemahaman dan kesadaran seseorang terhadap apa yang dialaminya atau sesuatu yang ada di dalam pikirannya, dari pikiran diubah menjadi pengalaman yang menjadi kata-kata atau angka (Tridhonanto, 2010). Kemudian yang dikemukakan oleh Howard Gardner, seorang psikolog perkembangan dan profesor pendidikan dari *Graduate School of Education, Harvard University, AS*, yang mendefinisikan kecerdasan sebagai kemampuan untuk memecahkan persoalan dan menghasilkan

produk dalam suatu *setting* yang bermacam-macam dan dalam situasi yang nyata (Baharuddin & Wahyuni, 2007).

Pengertian Emosional berasal dari kata emosi. Secara etimologi, berasal dari akar bahasa latin “*movere*” yang berarti menggerakkan, bergerak. Kemudian ditambah awalan “*e*” untuk memberi arti bergerak menjauh. Emosi adalah bentuk kompleks dari organisme, yang melibatkan perubahan fisik dari karakter yang luas dalam benapas, denyut nadi, produksi kelenjar, dsb dan dari sudut mental adalah suatu keadaan senang atau cemas, yang ditandai adanya perasaan yang kuat dan biasanya dorongan dalam bentuk nyata dari suatu tingkah laku (Hude, 2006). Kecerdasan Emosional dalam Keterampilan Menggiring Bola Menurut Ginanjar (2005), kecerdasan IQ hanya sebatas syarat minimal meraih keberhasilan, namun EQ lah yang sesungguhnya mengantarkan seseorang menuju puncak prestasi. Di dalam sebuah pertandingan sepakbola, pemain dituntut untuk selalu fokus dan konsentrasi selama pertandingan berlangsung. Pemain yang tidak memiliki kecerdasan emosi yang baik akan lebih sering melakukan kesalahan-kesalahan seperti melakukan pelanggaran-pelanggaran yang tidak perlu, akurasi passing atau tembakan yang tidak tepat sasaran, tidak mampu bekerja sama secara lebih baik dan penguasaan dribling yang kurang terkontrol sehingga dampak negatif yang ditimbulkan tidak hanya berpengaruh terhadap dirinya sendiri tetapi juga tim.

Dalam sepakbola pengaruh emosi yang muncul pada atlet dapat mengubah perilaku yang dapat mengganggu koordinasi gerak halus dan gerak yang kompleks sehingga menghambat kinerja di lapangan. Meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara negatif baik dalam hal fisik maupun psikis sehingga kemampuan olahraganya menurun dan menghambat pencapaian prestasinya (Setiawan, 2015).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Data pada penelitian kuantitatif ini berbentuk angka-angka yang akan di analisis dengan perhitungan korelasi. Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian. Menurut Sugiyono, (2008) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi disini adalah meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2006). Sampel dalam penelitian ini adalah 40 orang. Teknik pengambilan sampel dengan cara *random sampling* yaitu dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Instrumen Penelitian 1. Angket Kecerdasan Emosional Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kecerdasan emosional. Angket yang peneliti gunakan dalam penelitian ini terdiri dari faktor, dan indikator-indikator. Mengenai jawaban angket penulis menggunakan skala sikap yaitu skala Likert. 2. Tes Keterampilan menggiring bola Sepakbola. Pada tahap ini juga peneliti mengumpulkan data yang mengenai ketrampilan menggiring bola dalam sepakbola. Data tentang kecerdasan emosional siswa dikumpulkan dengan mengadakan kuesioner (angket) sedangkan data tentang pelaksanaan keterampilan menggiring bola dalam sepakbola diperoleh melalui tes di lapangan. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif dan analisis butir. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap suatu objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2008) Uji

Normalitas Data adalah Kriteria uji jika nilai signifikansi $> 0,05$ data dinyatakan normal, sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$ data dinyatakan tidak normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Mengenali Emosi Diri Sendiri

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional. Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah

satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

Dalam penelitian yang dilakukan pada mahasiswa angkatan 2017 cabang sepakbola FIK UNM, jumlah pernyataan tentang peran mengenali emosi diri sendiri pada angket penelitian berjumlah 6 item, dengan perincian 6 pernyataan positif dan 0 pernyataan negatif. Berikut adalah ringkasan data hasil penelitian tentang peran mengenali emosi diri sendiri yang dianalisis dengan bantuan *SPSS 22.0 for Windows*.

Tabel 1.

Deskriptif Statistik Peran Kecerdasan Emosional Domain Mengenali Emosi Diri Sendiri

No	Jenis perhitungan	Hasil perhitungan
1	Mean	18,53
2	Median	18,00
3	Mode	17
4	Std. Deviation	2,012
5	Minimum	15
6	Maximum	22
7	Sum	556

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional domain mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan menggiring bola

dalam permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM. memiliki jumlah data 556, mean 18,53, nilai maksimum 22, nilai minimum 15, modus 17, median 17 dan standar deviasi sebesar 2,01.

Tabel 2.

Analisis Data Angket Pertanyaan Dengan Aspek Mengenali Emosis Diri Sendiri

Indikator	Pernyataan	Max	Min	Mean+SD
Mengenali dan merasakan emosi sendiri	Saya mengetahui permasalahan yang membuat saya marah.	4.00	2.00	3,5 ± 0,57
	Saya tahu ketika saya sedang cemas karena tidak siap saat latihan.	4.00	2.00	3,17 ± 0,59
Memahami sebab perasaan yang timbul	Saya merasa sedih melihat tim saya kalah.	4.00	2,00	3,5 ± 068
	Saya mudah marah ketika saya sedang lelah.	4,00	1.00	2,43 ± 0,89
Mengenali pengaruh perasaan terhadap tindakan	Saya sadar bahwa perasaan malu untuk bertanya dapat mengganggu kesulitan dalam berlatih.	4.00	2,00	3,47 ± 0,63
	Saya merasa canggung bila di depan harus memimpin latihan teman-teman satu tim.	4,00	1,00	2,5 ± 0,78

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional aspek mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan *dribling* permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM, terdapat 3 indikator dengan 6 pertanyaan yang meminta jawaban positif. Nilai maksimal 24 poin dan nilai minimal 6 poin setiap rerata anak

menjawab 18,53 (SD+2.012). rata rata setuju bahwa sampel cukup mampu/paham bagaimana mengenali emosi diri sendiri.

Sedangkan rasa yang menyangkut masing masing individu akibat kelelahan (poin ke empat) dan rasa canggung di depan tim (poin ke enam) sebagian masih di abaikan.

Tabel 3.

Distribusi Frekuensi Peran Kecerdasan Emosional Domain Mengenali Emosi Diri Sendiri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21,54$	Tinggi sekali	2	6,7%
2	$19,53 < X \leq 21,54$	Tinggi	10	33,3%
3	$17,52 < X \leq 19,53$	Sedang	6	20,0%
4	$15,51 < X \leq 17,52$	Rendah	11	36,7%
5	$X \leq 15,51$	Rendah sekali	1	3,3%
Total			30	100%

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional aspek mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan *dribling* permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM pada tabel distribusi di atas terdapat penilaian tinggi sekali sebanyak 6,7%, yang memiliki kategori tinggi 33,3%, kategori sedang 20,0%, yang memiliki kategori rendah 36,7%. Kategori rendah sekali 3,3%

2. Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat

atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan kita.

Jumlah pernyataan tentang peran mengenali emosi diri sendiri pada angket penelitian berjumlah 12 item, dengan rincian 11 pernyataan positif dan 1 pernyataan negatif. Berikut adalah ringkasan data hasil penelitian tentang peran mengenali emosi diri sendiri.

Tabel 4.

Deskriptif Statistik Peran Kecerdasan Emosional Domain Mengelola Emosi Diri Sendiri

No	Jenis perhitungan	Hasil perhitungan
1	Mean	38,30
2	Median	38,00
3	Mode	36,00 ^a
4	Std. Deviation	3,52479
5	Minimum	33,00
6	Maximum	46,00
7	Sum	1142,00

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran kecerdasan emosional domain mengelola emosi dengan keterampilan

dribbling bermain sepakbola memiliki jumlah data 1142, mean 38,30 nilai maksimum 46, nilai minimum 33, modus 36, median 38 dan standar deviasi sebesar 3,52.

Tabel 5.
Analisis Data Angket Pertanyaan Dengan Aspek Mengenali Emosi Diri Sendiri

Indikator	Pertanyaan	Max	Min	Mean $\pm$ SD
Bersikap toleran terhadap frustrasi	Saya akan memaklumi ketika keinginan saya tidak terpenuhi	4,00	1,00	2,9 $\pm$ 0,71
	Saya tidak suka dalam berlarut-larut dalam masalah.	4,00	1,00	3,1 $\pm$ 0,75
Mampu mengungkapkan amarah dengan tepat	Saya akan memikirkan apa yang akan saya lakukan sebelum bertindak	4,00	1,00	3,4 $\pm$ 0,7
	Saya dapat mengekspresikan diri saya melalui latihan sepakbola	4,00	2,00	3,2 $\pm$ 0,6
Mampu mengendalikan perilaku agresif yang dapat merusak diri dan orang lain	Ketika marah saya memilih diam daripada melampiaskannya.	4,00	1,00	3,1 $\pm$ 0,8
	Saya selalu memupuk kepercayaan diri untuk menjadi sukses	4,00	2,00	3,4 $\pm$ 0,6
Memiliki perasaan positif dengan diri sendiri dan lingkungan	Saya percaya dengan kemampuan yang saya miliki, saya mampu meraih cita-cita saya.	4,00	1,00	3,3 $\pm$ 0,8
	Saya tetap tenang menghadapi permasalahan yang sulit.	4,00	2,00	3,3 $\pm$ 0,6
Memiliki kemampuan untuk mengatasi stres	Saya senang berkumpul bersama teman-teman untuk menghilangkan kejenuhan dalam berlatih	4,00	2,00	3,6 $\pm$ 0,6
	Saya mudah bergaul dengan teman yang tidak satu tim dengan saya.	4,00	1,00	3,1 $\pm$ 0,8
Dapat mengurangi perasaan cemas dan kesepian dalam pergaulan	Saya senang mengikuti latihan sepakbola karena mendapat banyak teman.	4,00	2,00	3,4 $\pm$ 0,7
	Saya lebih banyak dipengaruhi perasaan takut gagal daripada harapan untuk sukses.	4,00	1,00	2,4 $\pm$ 0,9

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran kecerdasan emosional aspek mengelola emosi dengan keterampilan *dribbling* bermain sepakbola, terdapat 6 indikator yang di jabarkan dalam 12 item pertanyaan, dengan 1 yang meminta jawaban negatif. Nilai maksimal untuk aspek mengelola emosi 45, nilai minimal 15 dan

rata-rata poin 38,30 (SD 3,52) di anggap mampu mengelola emosi diri.

Melihat detail komponen mengelola emosi diri sendiri dari 12, pertanyaan maksimal 108 poin yang lebih banyak dipengaruhi perasaan takut gagal dari pada harapan untuk sukses untuk pertanyaan negatif.

Tabel 6.

Distribusi Frekuensi Peran Kecerdasan Emosional Domain Mengelola Emosi Diri Sendiri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Perentase
1	$x > 43,58$	Tinggi Sekali	2	6,7%
2	$40,06 < x \leq 43,58$	Tinggi	5	16,7%
3	$36,55 < x \leq 40,06$	Sedang	12	40,0%
4	$33,02 < x \leq 36,55$	Rendah	8	26,7%
5	$x \leq 33,02$	Rendah sekali	3	10,0%
Total			30	100%

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional aspek mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan *dribbling* permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM pada tabel distribusi di atas terdapat penilaian tinggi sekali sebanyak 6,7%, yang memiliki kategori tinggi 16,7%, kategori sedang 40,0%, yang memiliki kategori rendah 26,7%. Kategori rendah sekali 10,0 %.

3. Memotivasi Diri Sendiri

Dalam cabang olahraga sepakbola, motivasi merupakan suatu dorongan yang terjadi dalam diri individu untuk meningkatkan kualitas mental dalam mencapai prestasi puncak dalam sepakbola.

Motivasi dalam mencapai prestasi dipandang sebagai motivasi sosial untuk mencapai suatu nilai tertentu dalam perbuatan mahasiswa atau atlet berdasarkan standar yang paling baik. Hal tersebut didefinisikan sebagai dorongan untuk berbuat baik berdasarkan standar yang paling baik adalah memiliki kebutuhan untuk berprestasi yang kuat cenderung berkeinginan untuk sukses dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan pada mahasiswa atau atlet tersebut.

Jumlah pernyataan tentang peran memotivasi diri sendiri pada angket penelitian berjumlah 7 item, dengan rincian 6 pernyataan positif dan 1 pernyataan negatif. Berikut adalah ringkasan data hasil penelitian tentang peran memotivasi diri sendiri.

Tabel 7.

Deskriptif Statistik Peran Kecerdasan Emosional Memotivasi Diri Sendiri

No	Jenis perhitungan	Hasil perhitungan
1	Mean	21,53
2	Median	22,00
3	Mode	25,00
4	Std. Deviation	3,25612
5	Minimum	10,00
6	Maximum	25,00
7	Sum	646,00

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran kecerdasan emosional domain mengelola emosi dengan keterampilan

dribbling bermain sepakbola memiliki jumlah data 646, mean 21,53 nilai maksimum 25, nilai minimum 10, modus 25, median 22 dan standar deviasi sebesar 3,256.

Tabel 8.
Analisis Data Angket Pertanyaan Dengan Aspek Memotifasi Diri Sendiri

Indikator	Pertanyaan	Max	Min	Mean+SD
Mampu mengendalikan diri	Saya menyadari kekurangan saya dan berusaha mengimbangnya dengan latihan di klub.	4,00	1,00	3,3±0,7
	Saya segera bangkit ketika saya gagal.	4,00	1,00	3,4±0,8
Bersikap optimis dalam menghadapi masalah	Saya selalu berusaha menampilkan permainan terbaik di antara teman satu klub.	4,00	1,00	3,4±0,7
	Saya percaya dengan cita-cita saya meski orang lain tidak memahaminya.	4,00	1,00	3,4±0,8
Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang diberikan	Saya selalu menyelesaikan tugas dari pelatih secepatnya setelah tugas tersebut diberikan.	4,00	1,00	3,1±0,8
	Saya tidak akan pergi berlatih sepakbola sebelum pekerjaan rumah terselesaikan.	4,00	1,00	2,7±0,8
	Saya senang menunda-nunda pekerjaan.	4,00	1,00	2,2±1

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran kecerdasan emosional aspek memotifasi diri sendiri dengan keterampilan *dribling* bermain sepakbola, terdapat 3 indikator yang di jabarkan dalam 6 item pertanyaan, dengan 1 yang meminta jawaban negatif. Nilai maksimal untuk aspek memotivasi diri sendiri 25, nilai minimal 10

dan rata-rata poin 21,53 (SD 3,25) di anggap mampu memotifasi diri sendiri.

Melihat detail komponen memotifasi diri sendiri dari 7 pertanyaan maksimal 103 poin yang lebih banyak dipengaruhi oleh selalu berusaha menampilkan permainan terbaik di antara teman satu klub dan percaya dengan cita-cita saya meski orang lain tidak memahaminya.

Tabel 9
Distribusi Frekuensi Peran Kecerdasan Emosional Domain Memotifasi Diri Sendiri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$x > 26,42$	Tinggi Sekali	0	0%
2	$25,29 < x \leq 26,42$	Tinggi	0	0%
3	$19,9 < x \leq 25,29$	Sedang	24	80%
4	$16,64 < x \leq 19,9$	Rendah	5	16,7%
5	$x \leq 16,64$	Rendah sekali	1	3.3
Total			30	100%

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional aspek mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan *dribling* permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM pada tabel distribusi di atas terdapat penilaian tinggi sekali sebanyak 0%, yang memiliki kategori tinggi 0%, kategori sedang 80%, yang memiliki kategori rendah 16,7%. Kategori rendah sekali 3,3 %.

4. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain,

peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

Jumlah pernyataan tentang peran mengenali emosi orang lain pada angket

penelitian berjumlah 6 item, dengan perincian 5 pernyataan positif dan 1 pernyataan negatif.

Berikut adalah ringkasan data hasil penelitian tentang peran mengenali emosi orang lain.

Tabel 10.

Deskriptif Statistik Peran Kecerdasan Emosional Domain Mengenali Emosi Orang Lain

No	Jenis perhitungan	Hasil Perhitungan
1	Mean	18,1000
2	Median	17,5000
3	Mode	17,00
4	Std. Deviation	1,78789
5	Minimum	15,00
6	Maximum	23,00
7	Sum	543,00

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran kecerdasan emosional domain mengenali emosi orang lain dengan keterampilan *dribbling* bermain sepakbola

memiliki jumlah data 543,00, mean 18,10 nilai maksimum 23, nilai minimum 15, modus 17,00, median 17,50 dan standar deviasi sebesar 1,787

Tabel 11.

Analisis Data Angket Pertanyaan Dengan Aspek Mengenali Emosi Orang Lain

Indikator	Pertanyaan	Max	Min	Mean+SD
Mampu menerima sudut pandang orang lain	Saya mampu menerima pendapat orang lain walaupun berbeda dengan pemikiran saya.	4,00	2,00	3,2±0,6
	Saya menerima kritik yang diberikan kepada saya.	4,00	2,00	3,2±0,7
Memiliki sifat empati atau kepekaan terhadap orang lain	Saya merasa iba ketika melihat ada teman yang cedera.	4,00	2,00	3,2±0,6
	Saya bersedia mendengarkan keluhan kesah dari orang lain.	4,00	1,00	3±0,8
Mampu mendengarkan orang lain	Saya menghormati teman yang sedang memimpin latihan.	4,00	2,00	3,4±0,7
	Saya tidak senang dikritik.	4,00	1,00	2,2±0,9

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran kecerdasan emosional aspek mengenali emosi orang lain dengan keterampilan *dribbling* bermain sepakbola, terdapat 3 indikator yang di jabarkan dalam 5 item pertanyaan positif, dengan 1 yang meminta jawaban negatif. Nilai maksimal untuk aspek mengenali emosi orang lain 21,

nilai minimal 9 dan rata-rata poin 18,10 (SD 1,787) di anggap mampu mengenali emosi orang lain.

Melihat detail komponen mengenali emosi orang lain dari 6 pertanyaan maksimal 101 poin yang lebih banyak dipengaruhi oleh Saya menghormati teman yang sedang memimpin latihan.

Tabel 12

Distribusi Frekuensi Peran Kecerdasan Emosional Domain Mengenali Emosi Orang Lain

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$x > 20,78$	Tinggi Sekali	3	10,0%
2	$18,99 < x \leq 20,78$	Tinggi	10	33,3%
3	$17,2 < x \leq 18,99$	Sedang	2	6,7%
4	$15,41 < x \leq 17,2$	Rendah	13	43,3%
5	$x \leq 15,41$	Rendah sekali	2	6,7%
Total			30	100%

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional aspek mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan *dribbling* permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM pada tabel distribusi di atas terdapat penilaian tinggi sekali sebanyak 10,0%, yang memiliki kategori tinggi 33,3%, kategori sedang 6,7%, yang memiliki kategori rendah 43,3%. Kategori rendah sekali 6,7%.

5. Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan

yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain.

Jumlah pernyataan tentang peran membina hubungan pada angket penelitian berjumlah 19 item, dengan rincian 16 pernyataan positif dan 3 pernyataan negatif. Berikut adalah ringkasan data hasil penelitian tentang peran membina hubungan.

Tabel 13

Deskriptif Statistik Peran Kecerdasan Emosional Domain Membina Hubungan

No	Jenis perhitungan	Hasil Perhitungan
1	Mean	54,1667
2	Median	54,5000
3	Mode	54,00
4	Std. Deviation	4,25954
5	Minimum	45,00
6	Maximum	61,00
7	Sum	1625,00

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil penelitian tentang peran kecerdasan emosional domain mengenali emosi orang lain dengan keterampilan *dribbling* bermain sepakbola

memiliki jumlah data 1625,00, mean 54,16 nilai maksimum 61, nilai minimum 45, modus 54, median 54,50 dan standar deviasi sebesar 4,25.

Tabel 14
Analisis Data Angket Pertanyaan Dengan Aspek Membina Hubungan

Indikator	Pertanyaan	Max	Min	Mean=SD
Memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain	Saya selalu menyapa pelatih ketika bertemu dengan mereka.	4,00	2,00	3,3±0,7
	Saya selalu berjabat tangan ketika berjumpa dengan teman saya.	4,00	1,00	3±0,7
Mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain	Saya gengsi jika meminta maaf duluan	4,00	1,00	2,3±0,9
	Ketika bersalah, saya akan meminta maaf.	4,00	2,00	3,4±0,6
Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain	Saya mampu memberikan solusi terhadap permasalahan yang terjadi antara saya dengan teman saya.	4,00	2,00	3,2±0,6
Memiliki sifat bersahabat atau mudah bergaul dengan sesama	Saya mudah bergaul dengan teman yang bukan satu tim dengan saya.	4,00	2,00	3,3±0,5
	Saya tidak sungkan memulai pembicaraan dengan orang yang baru saya kenal.	4,00	1,00	2,8±0,7
Memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain	Pada awal latihan, saya dapat cepat beradaptasi dengan latihan.	4,00	1,00	2,9±0,7
	Saya adalah pribadi yang menyenangkan dan mempunyai banyak teman.	4,00	1,00	2,8±0,8
	Saya malas berlatih jika tidak menjadi pemain inti.	4,00	1,00	2,3±1,1
Dapat hidup selaras dengan kelompok	Saya selalu mendukung teman saya yang menjadi pemain inti di tim	4,00	1,00	3,2±0,8
	Saya mampu memberikan gagasan untuk kemajuan tim.	4,00	1,00	2,8±0,7
Bersikap senang berbagi dan bekerjasama	Saya mampu bekerjasama dengan tim untuk mencapai tujuan bersama.	4,00	2,00	3,3±0,7
	Saya lebih suka bermain sepakbola dengan banyak pasang dari pada individu.	4,00	1,00	3,3±0,8
	Ketika memiliki uang saku lebih saya akan berbagi dengan teman	4,00	1,00	3,1±0,8
Bersikap dewasa dan toleran	Saya tidak akan bertanya sebelum pelatih mempersilahkan	4,00	1,00	3,1±0,8
	Saya akan berusaha menghibur teman yang terkena Musibah.	4,00	2,00	3,4±0,6
	Saya tidak senang berbicara dengan orang yang baru saya	4,00	1,00	2,7±1

Berdasarkan hasil analisis statistik aspek membina hubungan dengan pada tabel di atas, terlihat bahwa data hasil keterampilan *dribbling* bermain sepakbola, penelitian tentang peran kecerdasan emosional terdapat 8 indikator yang di jabarkan dalam

13 item pertanyaan positif, dengan 3 yang meminta jawaban negatif. Nilai maksimal untuk aspek mengenali emosi orang lain 55, nilai minimal 25 dan rata-rata poin 54,16 (SD 4,25) di anggap mampu membina hubungan.

Melihat detail komponen membina hubungan dari 16 pertanyaan maksimal 101 poin yang lebih banyak dipengaruhi oleh Saya menghormati teman yang sedang memimpin latihan.

Tabel 15

Distribusi Frekuensi Peran Kecerdasan Emosional Domain Membina Hubungan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$x > 60,56$	Tinggi Sekali	2	6,7%
2	$56,3 < x \leq 60,56$	Tinggi	8	26,7%
3	$52,02 < x \leq 56,3$	Sedang	10	33,3%
4	$47,73 < x \leq 52,02$	Rendah	8	26,7%
5	$x \leq 47,73$	Rendah sekali	2	6,7%
Total			30	100%

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional aspek mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan *dribbling* permainan sepakbola mahasiswa FIK UNM pada tabel distribusi di atas terdapat penilaian tinggi sekali sebanyak 6,7%, yang memiliki kategori tinggi 26,7%, kategori sedang 33,3%, yang memiliki kategori rendah 26,7%. Kategori rendah sekali 6,7%

6. Keterampilan Menggiring Bola

Hasil penghitungan data keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola mahasiswa angkatan 2017 FIK UNM, menghasilkan rerata sebesar 9,66, median = 9,58, dan standar deviasi = 0,85. Nilai terkecil yang diperoleh sebesar 8,12 dan nilai terbesar sebesar 11,68.

Tabel 16

Distribusi Frekuensi Peran Keterampilan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola

No.	Waktu tempuh	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	1-5 detik	Sangat baik	0	0%
2	6-10 detik	Baik	29	96,7%
3	11-15 detik	Cukup	1	3%
4	16-20 detik	Kurang	0	0%
5	21-25 detik	Sangat kurang	0	0%
Total			30	100%

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian tentang peran hubungan kecerdasan emosional aspek mengenali emosi diri sendiri dengan keterampilan *dribbling* dalam sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, tabel distribusi di atas terdapat penilaian kategori tinggi 96,7% dan kategori sedang 3.

7. Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas data yang di peroleh tiap variabel yang dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Uji normalitas variabel –*Smirnov*.

Tabel 17
Hasil Uji Normalitas

Variabel	P	Sig	Keterangan
Kecerdasan emosional (x)	0,62	0,05	Normal
Keterampilan menggiring bola (y)	0,200	0,05	Normal

Dari tabel di atas, menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) semua variabel adalah lebih besar dari 0.05, jadi data adalah berdistribusi normal.

8. Uji Korelasi

Analisis yang digunakan adalah analisis korelasi (r) pada taraf signifikan 95 % atau α 0,05. Hasil secara lengkap dapat dilihat pada rangkuman yang tercantum pada tabel berikut:

Tabel 18
Hasil Uji Korelasi

	X	Y
X	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	,420*
	N	,021
Y	Pearson Correlation	30
	Sig. (2-tailed)	,420*
	N	,021

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas diperoleh koefisien korelasi antara peran kecerdasan emosional dengan keterampilan *dribbling* dalam bermain sepakbola sebesar 0.420, bernilai positif.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pada mahasiswa FIK UNM, berdasarkan faktor mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

Dengan kecerdasan emosional, individu mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sendiri dengan baik dan mampu membaca dan menghadapi perasaan-perasaan orang lain dengan efektif. Disampaikan pula oleh Goleman (2005)

bahwa individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih baik, dapat menjadi lebih terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, lebih terampil dalam memusatkan perhatian, lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain.

Keberhasilan atlet untuk mencapai prestasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu: fisik, teknik, taktik, dan mental. Kelemahan pada faktor mental akan memberikan dampak yang besar terhadap kematangan yang sudah dicapai oleh ketiga faktor lainnya. Olahraga memungkinkan melakukan *body contact* yang mudah memancing munculnya perasaan emosional karena atlet yang bersinggungan lawan. Gejolak emosi yang muncul seperti: kegembiraan, kemarahan, atau kesedihan dapat berpengaruh terhadap kondisi tubuh, sehingga mempengaruhi keseimbangan psikologisnya yang dapat menyebabkan

perubahan seperti meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara negatif 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 (Steven dan Howard: 2000).

Untuk itu diperlukan kecerdasan emosional dalam suatu pertandingan sepakbola. Menurut Tony Buzan dalam (Efendi), kecerdasan merupakan kemampuan untuk berfikir dan tepat dalam bertindak tanpa ada rasa ragu. Kemampuan atlet saat bertanding dapat dioptimalkan untuk dapat menampilkan permainan terbaiknya bila seorang atlet dapat mengatur suasana hatinya dengan tepat, sehingga beban stres atau tingkat kecemasan tidak melumpuhkan kemampuan berpikirnya.

Dari penelitian ini mendukung teori di atas bahwa secara keseluruhan domain itu semua berpengaruh namun di banding faktor individual ternyata kelompok juga berperan terhadap skill dan performa seperti sesuai dengan penelitian ini. Sesuai menurut (Daniel Golman, 2009) percaya dan mengungkapkan bahwa 80% keberhasilan itu ditentukan oleh faktor kecerdasan emosional ini. Namun hasil dalam penelitian ini walaupun tidak sampai pada angka 80% yaitu hanya berkisar pada angka 0,420, angka ini sudah menggambarkan bagaimana kecerdasan emosional mampu memberikan sumbangan dalam menjalani suatu proses pembelajaran.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosional memiliki efektifitas dengan keterampilan menggiring bola pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.

Dapat dijadikan bahan acuan atau perbandingan penelitian dimasa yang akan

datang. Dan dapat terus mengembangkan penelitian untuk menyempurnakan berbagai dasar aspek yang menjadi dasar memaksimalkan suatu hasil belajar. Sehingga dikemudian hari perkembangan hasil belajar yang baik dapat diperoleh dengan lebih mudah karena mengetahui bagian mana yang perlu diperhatikan.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. (2006) Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2002). Pengantar Psikologi Intelligensi. Edisi I, Cetakan III. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baharudin & Esa, Nur Wahyuni. (2007). Teori Belajar dan Pembelajaran. Jogjakarta : Ar Ruz Media
- Cooper, Robert K & Sawaf, Ayman. (2002). Kecerdasan Emosi dalam Kepemimpinan dan Organisasi. Jakarta: Gramedia Putra.
- Daryanto, Z. P., & Hidayat, K. (2015). Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 201–212. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31571/jpo.v4i2.87>
- Ganesha, Putera. (2010). Kutak-katik Latihan sepakbola Usia Muda. Jakarta: PT Visi Gala
- Ginanjari, Ari. (2005). Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual. Jakarta: Arga Wijaya Persada.
- Goleman, Daniel. (2005). Kecerdasan Emosi: Untuk Mencapai Puncak Prestasi. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Harsono. (1988). Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching. Dirjen Dikti
- Hasanah, Ina. (2007). Sepakbola. Bandung: PT Indahjaya Adipratama.
- Herwin. (2004). "Keterampilan Sepakbola Dasar."Diktat. Yogyakarta: FIKUNY.
- Hude, M. Darwis. (2006). Emosi; Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam Al Qur'an, Jakarta: Erlangga
- Lawson, Hal A. & Placek, Judith A. (1981). Physical Education and the Secondary School. Boston: Allyn and Bacon
- Maryatun, T. (2015). Keterampilan Shooting

- Dalam Permainan Sepakbola Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Kragan Kecamatan Tempel Kabupaten Sleman. *Skripsi, Pendidikan Gguru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta*.
<https://core.ac.uk/download/pdf/33522996.pdf>
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Klaten : Pakar Raya.
- Muhdhor, Zidane A.H. (2013). *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional. Teknik, Strategi, Taktik Menyerang & Bertahan*. Jakarta: Kata Pena.
- Permadi, A. A. (2016). Pengaruh Model Latihan Fisik Dan Kecerdasan Emosi Terhadap Keterampilan Sepakbola. *Edusentris, Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 3(2), 135–148.
<http://ejournal.sps.upi.edu/index.php/edusentris/article/view/212>
- Sahabuddin, Bismar, A. R., & Ad'dien. (2020). Pengaruh Latihan Akselerasi Terhadap Kemampuan Lari 50 Meter. *Jurnal SPEED, Program Studi Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas Singaperbangsa Karawang*, 3(1), 51–57.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35706/jurnal%20speed.v3i1.3574>
- Stein, Steven. J. & Book, H . E. (2002). *Ledakan EQ : 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Bandung: Haifa
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif*. Banudng: ALfabeta.
- Tridhonanto, Al., & Berandan, Agency. (2010). *Meraih kesuksesan dengan Kecerdasan Emosional*, Jakarta: PT Elek Media Komputindo
- Valentino, R. F., & Ardian, A. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas Khusus Olahraga. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 41–50.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.71>
- Yanti, N., & Afriani, D. (2019). Pengaruh Kompetensi Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kinerja Pegawai Pada Dinas Pemuda Dan Olahraga Provinsi Sumatera Barat. *Ensiklopedia of Journal, Lembaga Penelitian Dan Penerbitan Hasil Penelitian Ensiklopedia*, 1(4), 212–217.
<https://doi.org/https://doi.org/10.33559/eoj.v1i4.187>