

**PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP KETERAMPILAN
BULUTANGKIS ATLET DI PERSATUAN BULUTANGKIS NAN SABARIS
KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Sains*



Oleh:
FIRMAN
2003/43615

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2008**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Keterampilan Bulutangkis
Atlet Di Persatuan Bulutangkis Nan Sabaris Kabupaten Padang
Pariaman

Nama : Firman

NIM/BP : 43615/2003

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2008

Disetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd
NIP: 130 818 449

Drs. Rasyidin Kam.
NIP: 130 905 635

Diketahui:
Ketua Jurusan Kesehatan Rekreasi

Drs. Didin Tohidin, M.Kes
NIP: 130 878 086

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi

Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP KETERAMPILAN BULUTANGKIS DI PERSATUAN BULUTANGKIS NAN SABARIS KABUPATEN PADANG PARIAMAN

NAMA : Firman
NIM/BP : 43615/2003
PROGRAM STUDI : Ilmu Keolahragaan
JURUSAN : Kesehatan dan Rekreasi
FAKULTAS : Ilmu Keolahragaan
UNIVERSITAS : Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2008

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
Ketua : Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd	_____
Sekretaris : Drs. Rasyidin Kam.	_____
Anggota : 1. Drs. Didin Tohidin, M. Kes	_____
2. Drs. Abu Bakar	_____
3. Ruri Famelia, S.Si., M. Si.	_____

ABSTRAK

Firman (2008): Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Keterampilan Bulutangkis Atlet Di Persatuan Bulutangkis Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosi terhadap keterampilan bulutangkis atlet di PB Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman.

Jenis penelitian ini tergolong kepada penelitian eksperimen semu. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah atlet PB Nan Sabaris yang berjumlah 60 orang yang semuanya adalah laki-laki dan kisaran umur 16 sampai 18 tahun. Penarikan sample dalam penelitian ini dilakukan secara *total sampling* yaitu sebanyak 60 orang. Untuk mendapatkan data dalam penelitian ini dilakukan dengan dua tes yaitu tes kecerdasan emosi dan tes keterampilan bulutangkis. Adapun instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket (kuisisioner) untuk menentukan tingkat kecerdasan emosi atlet dan untuk menentukan tingkat keterampilan bulutangkis atlet dilakukan tes frekuensi, dropshot, lob dan servis pendek. Data yang telah di ambil dalam penelitian ini dianalisis dengan rumus *Anava 2x2* untuk mengetahui tingkat pengaruh kecerdasan emosi terhadap keterampilan bulutangkis atlet .

Dari analisis data diperoleh keterampilan bulutangkis atlet dengan kecerdasan emosi tinggi lebih tinggi dibandingkan dengan atlet dengan kecerdasan emosi rendah. Dimana rata-rata keterampilan bulutangkis atlet tertinggi terdapat pada atlet yang memiliki kecerdasan emosi tinggi yang dilatih yaitu sebesar 3.25, dan keterampilan bulutangkis atlet dengan kecerdasan emosi rendah yang dilatih memiliki rata-rata sebesar 1.72. selain itu juga dapat dilihat pada rata-rata keterampilan bulutangkis atlet dengan kecerdasan emosi tinggi yang tidak dilatih lebih besar dari rata-rata keterampilan atlet dengan kecerdasan emosi rendah yang tidak dilatih yaitu sebesar 2.60 untuk atlet yang mempunyai kecerdasan emosi tinggi yang tidak dilatih dan sebesar 1.63 untuk atlet dengan kecerdasan emosi rendah yang tidak dilatih.

Berdasarkan rata-rata dari hasil penelitian yang diperoleh maka dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosi memiliki pengaruh yang sangat berarti terhadap keterampilan bulutangkis atlet di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman. Dalam penelitian ini penulis menyarankan agar pelatih bulutangkis khususnya pelatih di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman agar memberikan latihan mental(Kecerdasan Emosi) untuk peningkatan kualitas dan keterampilan bulutangkis atlet kedepan.

Kata kunci : Kecerdasan Emosi, Keterampilan Bulutangkis

KATA PENGANTAR

Assalammu'alaikum Wr. Wb.

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Keterampilan Bermain Atlet Bulutangkis PB Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman". Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penulisan ini, Penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak baik itu berupa motivasi, dorongan, bimbingan serta bantuan material dan non material. Untuk itu dalam kesempatan ini, Penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Z. Mawardi Effendi, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Syahrial. B, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Dr. Eddy Marheni. M.Pd, selaku Pembimbing I Penulis.
4. Bapak Drs. Rasyidin Kam, selaku Penasehat akademik sekaligus pembimbing II Penulis.
5. Bapak Drs. Didin Tohidin. M. Kes, selaku ketua jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sekaligus dosen penguji.
6. Bapak Drs. Abu Bakar selaku Sekretaris Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sekaligus dosen penguji.

7. Ibu Ruri Famelia, M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan-masukan dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Bapak/Ibu Staf Pengajar dan Administrasi Kepegawaian Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
9. Bapak Wan Amat selaku ketua PB Nan Sabaris yang telah bekerja sama dengan penulis dalam pelaksanaan penelitian sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
10. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan semua pihak yang telah membantu Penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan hendaknya skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Agustus 2008

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman.
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	7
1. Hakekat Emosi	7
2. Kecerdasan Emosi	13
B. Kerangka Konseptual	20
C. Hipotesis	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian, Waktu, dan Tempat Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel	21
C. Jenis dan Sumber Data	21
D. Teknik Pengumpulan Data	22

E. Instrumen Penelitian.....	23
F. Uji Coba Instrumen Penelitian	24
1. Uji Validitas	24
2. Uji Reliabilitas	25
G. Hasil Uji Coba Instrumen	26
1. Uji Validitas	26
2. Uji Reliabilitas	27
H. Teknik Analisis Data	27
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum PB. Nan Sabaris	28
B. Hasil Penelitian	29
1. Tingkat Kecerdasan Emosi	29
2. Keterampilan Bermain Bulutangkis Atlet	30
C. Pembahasan	37
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	41
B. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA.....	42
LAMPIRAN.....	43

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman.
2.1 Kerangka konseptual	20
3.1 Kisi-kisi instrumen penelitian	24
3.2 Hasil uji validitas instrumen penelitian.....	26
3.3 Hasil uji reliabilitas instrumen penelitian	27
4.1 Rerata hasil tes kecerdasan emosi atlet	30
4.2 Nilai tes keterampilan bermain bulutangkis atlet PB Nan Sabaris	31
4.3 Rerata skor tes keterampilan bermain bulutangkis atlet PB Nan Sabaris.....	32
4.4 Rerata keterampilan bermain bulutangkis atlet PB Nan Sabaris sesuai perlakuan.....	33
4.5 Anava dua jalur pengaruh kecerdasan emosi terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet PB. Nan Sabari Kabupaten Padang Pariaman	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman.
1. Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosi Atlet Bulutangkis PB. Nan Sabaris	43
2. Tes Kecerdasan Emosi dan Tes Keterampilan Bermain Bulutangkis	44
3. Pengantar Angket Penelitian.....	55
4. Tabulasi Uji Coba Angket	60
5. Validitas Hasil Uji Coba Angket	61
6. Reliabilitas Hasil Uji Coba Angket	62
7. Analisis Data Hasil Penelitian	63
8. Uji Tuckey	68
9. Satuan Latihan Badminton Di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman	71
10. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan	77
11. Surat Persetujuan Penelitian Dari Pengurus Persatuan Bulutangkis Nan Sabaris Kabupaten Padang	78
12. Tabel Hasil Penelitian Kecerdasan Emosi Atlet PB. Nan Sabaris	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan olahraga Indonesia sekarang ini telah menunjukkan peningkatan yang cukup menggembirakan walaupun secara internasional Indonesia belum berbicara banyak. Usaha pembinaan berjenjang telah dijalankan namun belum memperlihatkan hasil yang optimal. Diharapkan dengan sistem pembinaan berjenjang tersebut prestasi olahraga nasional dapat meningkat. Hal yang sangat menggembirakan dapat kita lihat sekarang ini dimana turnamen-turnamen olahraga dilaksanakan dengan rutin bahkan cenderung bertambah banyak, sehingga memberikan efek yang positif bagi perkembangan atlet yang telah berlatih keras dan penuh disiplin.

Sesuai dengan undang-undang tentang sistem keolahrgaan nasional bab VII pasal 21 ayat 3 tahun 2005, dimana “pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan presetasi”. Berdasarkan hal tersebut jelaslah bahwa pembinaan olahraga dilaksanakan secara bertahap atau berjenjang agar hasil dari pembinaan tersebut sesuai dengan apa yang diharapkan.

Salah satu dari sekian banyak cabang olahraga yang telah melaksanakan pembinaan berjenjang adalah cabang olahraga bulutangkis.

Cabang olahraga bulutangkis mengalami perkembangan pesat di Indonesia khususnya di Sumatera Barat. Hal ini ditunjukkan dengan banyaknya klub-klub bulutangkis yang ada di Sumatera Barat. Di Kabupaten Padang Pariaman telah berdiri beberapa klub bulutangkis, diantaranya adalah Persatuan Bulutangkis (PB) Nan Sabaris, Persatuan Bulutangkis Palong, Persatuan Bulutangkis Sumber Lombok dan persatuan bulutangkis lainnya yang telah melaksanakan latihan berjenjang dalam menciptakan atlet yang terampil untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Untuk mendapatkan atlet yang mempunyai keterampilan dalam cabang olahraga bulutangkis membutuhkan suatu aktifitas fisik dan motorik, keterampilan yang dimiliki oleh seseorang itu berbeda-beda sesuai dengan kemampuan dasar yang dimiliki oleh seseorang. Orang yang memiliki tingkat keterampilan yang baik akan terlihat dari bentuk gerak motorik yang ditampilkan. Semakin sering orang berlatih maka keterampilan yang dimiliki oleh seseorang akan semakin baik.

Di lain pihak, Singh dalam Marheni (2005: 17) mengemukakan tiga fase perolehan keterampilan olahraga, yaitu; 1) Fase koordinasi kasar, adalah gerakan yang ditampilkan masih dalam bentuk kasar, sehingga untuk suatu gerakan yang dipelajari membutuhkan tenaga yang besar dan penggunaannya kurang efisien. 2) Fase koordinasi halus, yang menampakkan bahwa koordinasi gerakan yang ditampilkan sudah lebih baik dari koordinasi gerakan pada fase pertama, sehingga kelihatan penggunaan

tenaga lebih sedikit dan gerakan yang ditampilkanpun kelihatan lebih lancar dan tidak terputus-putus. 3) Fase koordinasi penguasaan, fase ini memperlihatkan seluruh gerakan yang ditampilkan dapat dilakukan secara otomatis, sehingga gerakan yang dilakukan dapat disesuaikan dengan situasi yang dibutuhkan tanpa terlebih dahulu memikirkan urutan gerak yang akan dilakukan.

Selain keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang atlet juga harus didukung oleh komponen lainnya, seperti kondisi fisik, taktik, sarana dan prasarana, mental (kecerdasan emosi) serta pengetahuan tentang gizi. Begitu banyaknya faktor yang mempengaruhi seseorang untuk berprestasi dalam bidang olahraga, maka seorang atlet bulutangkis harus menguasai komponen-komponen yang ada di atas. Karena antara satu faktor dengan faktor lain saling berhubungan maka dalam setiap latihan seluruh komponen harus bisa dilatih secara bersamaan dan mendapat porsi yang sesuai dengan kebutuhan.

Di antara faktor-faktor yang mendukung prestasi tersebut, maka mental juga memegang peranan penting seperti yang diungkapkan oleh Klavora (1987:224) bahwa pencapaian penampilan terbaik dalam pertandingan tergantung pada besarnya tingkat perkembangan kemampuan mental. Mental merupakan salah satu komponen yang turut menentukan keberhasilan prestasi seorang atlet.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dikemukakan bahwa kecerdasan emosi atau mental yang kuat sangatlah perlu dimiliki oleh seorang atlet, dengan demikian prestasi yang diharapkan dapat dicapai. Kecerdasan emosi atau mental merupakan salah satu faktor penentu kemenangan seorang atlet pada saat bertanding. Jika kecerdasan emosi atau mental seorang atlet baik atau stabil maka persentase untuk meraih kemenangan dalam pertandingan akan besar, begitu pula sebaliknya jika kecerdasan emosi atau mental seorang atlet labil maka akan kecil kemungkinan untuk meraih kemenangan.

Dari pengamatan penulis secara umum di lapangan, porsi latihan mental yang dilakukan oleh pelatih di PB. Nan Sabaris terhadap atletnya sangat kurang walaupun ada sebagian kecil bentuk latihan yang telah memasukkan unsur latihan mental didalamnya. Hal ini membawa dampak pada pencapaian prestasi atlet bulutangkis PB. Nan Sabaris. Dengan kata lain peningkatan prestasi atlet bulutangkis di PB. Nan Sabaris belum dapat dicapai secara optimal. Oleh karena itu penulis menduga bahwa kecerdasan emosi atau mental atlet menjadi salah satu penyebab belum tercapainya prestasi atlet bulutangkis di PB. Nan Sabaris. Berdasarkan uraian di atas, penulis merasa tertarik melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Keterampilan Bulutangkis Atlet di PB Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah pengaruh kecerdasan emosi (mental) terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet ?
2. Bagaimanakah pengaruh kondisi fisik terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet ?
3. Bagaimanakah pengaruh teknik bermain bulutangkis terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet ?
4. Bagaimanakah pengaruh gizi terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet ?
5. Bagaimanakah pengaruh sarana dan prasarana terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet ?

C. Pembatasan Masalah

Begitu banyaknya masalah yang muncul dan mengingat keterbatasan yang penulis miliki, maka penulis akan membahas tentang variabel pengaruh kecerdasan emosi terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Sejauh Mana Pengaruh Kecerdasan

Emosi Terhadap Keterampilan Bermain Atlet Bulutangkis di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman?''.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian adalah untuk mengetahui sejauh mana pengaruh kecerdasan emosi terhadap keterampilan bermain atlet bulutangkis di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman.

F. Kegunaan Penelitian

Adapun hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Pelatih PB. Nan sabaris khususnya dan seluruh pelatih bulutangkis umumnya sebagai bahan masukan dalam meningkatkan prestasi atlet bulutangkis.
2. Mahasiswa sebagai bahan bacaan dan literatur untuk melakukan penelitian selanjutnya.
3. Penulis untuk mendapatkan gelar sarjana Ilmu Keolahragaan.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Hakekat Emosi

Emosi berasal dari bahasa latin: *motus anima* yang secara harfiah berarti jiwa yang menggerakkan. Sedangkan menurut Oxford English Dictionary dalam Goleman, (1991: 411), emosi merupakan setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang dapat meluap-luap. Hartono dalam Kurnia, (2003: 9) menyatakan bahwa emosi merupakan pengalaman afektif yang disertai penyesuaian diri, dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik, terwujud dalam bentuk tingkah laku. Senada dengan itu, Ardana dalam Yulianti, (2001: 14) berpendapat bahwa “emosi adalah suatu pengalaman sadar, kompleks dan afektif yang mengikuti keadaan-keadaan fisiologis dan mental yang muncul dari penyesuaian batiniah dengan mengekspresikan dirinya dengan tingkah laku yang tampak”.

Berdasarkan berbagai pendapat yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa emosi merupakan suatu pengalaman yang mempengaruhi kegiatan fisik dan mental, yang menghasilkan penginderaan yang organis dan kinestetis serta ekspresi yang tampak dari dorongan-dorongan suasana hati.

a. Perkembangan emosi

Kemampuan untuk bereaksi secara emosional sudah ada pada bayi yang baru lahir, gejala pertama perilaku emosional ialah keterangsangan umum terhadap stimulasi yang kuat. Keterangsangan yang berlebihan ini tercermin dalam aktifitas yang banyak pada bayi yang baru lahir.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi emosi

Menurut Hurlock (1993: 213), perkembangan emosi akan dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain:

1) Faktor kematangan

Faktor kematangan akan mempengaruhi perkembangan emosional, perkembangan intelektual menghasilkan kemampuan untuk memahami makna yang sebelumnya tidak dimengerti, memperhatikan suatu rangsangan dalam jangka waktu yang lebih lama dan memutuskan ketegangan suatu objek. Perkembangan kelenjar endokrin penting untuk kematangan perilaku emosional. Kelenjar adrenalin memainkan peranan utama pada emosi, mengecil secara tajam setelah bayi lahir, tidak lama kemudian kelenjar itu mulai membesar lagi, dan membesar dengan sampai anak berusia lima tahun, pembesarannya melambat pada usia anak antara 5 tahun sampai 11 tahun dan membesar lebih pesat lagi sampai atlet berusia 16 tahun. Pada usia 16 tahun kelenjar adrenalin

mencapai kembali ukuran semula seperti saat bayi baru lahir. Pengaruh hormon adrenalin akan terlihat jika seseorang dalam keadaan cemas atau marah memuncak, maka orang itu akan berkeringat dingin, jantung berdenyut lebih kencang berdebar-debar, dan kadang badan terasa lemas, hal ini disebabkan efek dari dilepaskannya adrenalin atas perintah otak atau disebut juga epinefrin.

2) Faktor belajar.

Melalui belajar dan situasi yang pada mulanya tidak melibatkan respon emosional pada akhirnya akan menimbulkan respon emosional.

3) Faktor orang tua.

Orang tua adalah orang yang paling banyak memiliki kesempatan untuk berinteraksi dengan atlet. Interaksi dan kasih sayang dari orang tua akan mempengaruhi perkembangan atlet. Orang tua yang otoriter dapat menyebabkan atlet mudah kaget, agresif, dan kehilangan gairah, sedangkan orang tua yang demokratis memberi peluang atlet untuk mandiri dalam berbagai hal termasuk menghadapi persoalan.

4) Peran pelatih

Seorang anak bisa tidak menyukai pelatih atau metode latihan tertentu apabila pelatih yang bersangkutan memberi

pengalaman yang tidak menyenangkan. Begitu juga sebaliknya jika pelatih mampu memberikan kesenangan pada anak maka akan memacu semangat anak untuk berlatih.

c. Emosi dominan

Individu tidak lahir dengan dominasi yang tidak dominan atau tidak menyenangkan tetapi dominasi oleh emosi yang spesifik. Akan tetapi, emosi yang mempunyai kekuatan dominan dalam kehidupan mereka terutama bergantung pada lingkungan tempat mereka tumbuh, hubungan mereka dengan orang-orang yang berarti bagi kehidupan mereka. Emosi yang dominan akan mempengaruhi kepribadian atlet, emosi dominan akan menentukan temperamen atau suasana hati yang dirasakan seseorang. Hurlock, (1993: 229). Temperamen bersifat menetap, temperamen mempengaruhi ciri khas penyesuaian anak terhadap kehidupan. Seseorang yang pembawaan periang akan memandang rintangan yang dihadapi sebagai suatu langkah menuju sukses, ia tidak akan merasa sedikit terganggu atau mungkin tidak terganggu sama sekali oleh rintangan tersebut. Seseorang dengan pembawaan buruk akan mengekspresikan kemarahan melebihi proporsi rangsangan yang ada.

Atlet yang bertemperamen khawatir akan cenderung mengalami lebih banyak ketakutan dari pada atlet-atlet lain. Temperamen tidak hanya tercermin pada cara yang umumnya dipakai

untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan, tetapi juga tercermin pada ekspresi wajah atlet. Wajah atlet sering kali bercerita lebih banyak dari pada perbuatan atlet.

d. Keseimbangan emosi

Pada keseimbangan emosi, dominasi emosi yang tidak menyenangkan tidak dapat dilawan sampai ada batas tertentu dengan emosi ideal, timbangan harus condong ke arah emosi yang menyenangkan sehingga emosi tersebut mempunyai kekuatan melawan kerusakan psikologis yang ditimbulkan oleh dominasi emosi yang tidak menyenangkan.

Menurut Hurlock (1992: 229), keseimbangan emosi dapat diperoleh melalui dua cara:

“Cara pertama adalah pengendalian lingkungan dengan tujuan agar emosi tidak menyenangkan cepat-cepat diimbangi dengan emosi yang menyenangkan. Cara kedua yaitu membantu atlet mengembangkan toleransi terhadap emosi yaitu kemampuan untuk menghambat emosi yang tidak menyenangkan. Jika atlet mengalami terlalu emosi yang tidak menyenangkan dan terlalu sedikit emosi menyenangkan, pandangan mereka akan kehidupan akan menyimpang dan mereka akan mengembangkan watak yang tidak menyenangkan. Akibatnya, ketidakpuasan terhadap diri sendiri akan meningkat dan akan menimbulkan masalah”.

Keseimbangan emosi akan diperoleh dengan kemampuan mengendalikan lingkungan dan kemampuan menghambat emosi yang tidak menyenangkan sehingga emosi yang ditimbulkan akan seimbang.

e. Pengendalian emosi

Konsep yang paling populer tentang pengendalian emosi (*emotional control*) menitik beratkan pada penekanan reaksi yang nampak terhadap rangsangan yang menimbulkan emosi. Hurlock (1992: 231) mengemukakan bahwa:

“Seseorang yang telah dibangkitkan kemarahannya akan melumpuhkan emosi tersebut dan dengan melakukan hal itu ia akan menampilkan gambaran-gambaran emosi tenang, berusaha sekuat-kuatnya mengendalikan atau mengarahkan pengaruh terhadap sesuatu. Maka konsep ilmiah tentang pengendalian emosi berarti mengarahkan emosi ke saluran emosi yang bermanfaat dan diterima secara sosial”.

Emosi akan tampak dalam wujud ekspresi wajah, tubuh dan kata-kata. Semakin seseorang menekan emosi yang tampak ini orang ini semakin baik pengendalian emosinya. Untuk pencapaian pengendalian emosi dalam arti ilmiah, sebanyak perhatian pada aspek fisik, aspek mental dari emosi juga memerlukan bimbingan.

Jelaslah bahwa di samping harus belajar bagaimana cara menangani rangsangan yang membangkitkan emosi, atlet juga belajar bagaimana cara mengatasi reaksi yang biasanya menyertai emosi tersebut. Untuk dapat melakukan hal ini, atlet harus mampu menilai rangsangan tersebut dan menentukan apakah reaksi emosi yang akan ia lakukan dapat dibenarkan atau tidak.

2. Kecerdasan Emosi

Seseorang yang dikatakan cerdas apabila ia dalam belajar selalu memperoleh hasil yang bagus. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1989), kecerdasan adalah kesempurnaan perkembangan akal budi (kepandaian, ketajaman pikiran). Sedangkan yang dimaksud dengan emosi adalah luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu yang singkat. Jadi dapat dikatakan kecerdasan emosi adalah kesempurnaan perkembangan akal budi melalui luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu yang singkat.

Saphiro (1997: 8), mendefenisikan kecerdasan emosi adalah: “himpunan bagian kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan untuk memantau perasaan dan emosi dengan baik pada diri sendiri maupun orang lain, memilah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan”. Goleman (2001: 512), berpendapat bahwa: “kecerdasan emosi merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungannya dengan orang lain”.

Sedangkan Mayer dalam Wanti (2003: 13), mendefenisikan “kecerdasan emosi sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan pengertian kecerdasan emosi adalah kemampuan memahami, merasakan emosi diri, orang lain, mengelola dan mengekspresikannya secara afektif sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi tantangan.

a. Kecerdasan emosi dalam keterampilan bermain bulutangkis

Emosi merupakan bahagian dari mental, sedangkan mental merupakan komponen psikologi. Aspek psikologi sangat mempengaruhi keterampilan atlet dalam bermain bulutangkis dan seluruh cabang olahraga pada umumnya. Seorang atlet bulutangkis akan dapat memenangkan pertandingan selain harus dapat memukul bola juga harus dapat menguasai mental. Tujuan latihan mental menurut Gritsch dalam Irawadi dan Sukadianto (2001: 6), adalah untuk memperoleh ketegaran mental. Ketegaran mental merupakan penerapan teori dan teknik psikologis yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan atlet saat latihan, bertanding, setelah bertanding dan dalam kehidupan atlet sehari-hari. Seorang atlet yang memiliki ketegaran mental tampak dengan mudah menguasai dan mengendalikan emosi cepat mengubah emosi negatif menjadi emosi positif, mampu mengatasi kesalahan dan kegagalan tanpa emosi, cepat bertindak pada kondisi penampilan ideal, mampu keluar dari krisis dan ketidak beruntungan. Tanpa melalui suatu latihan, keadaan tersebut tidak akan menjadi otomatis dalam diri seorang atlet. Ketegaran mental

(*mental toughness*) melibatkan unsur emosi, fisik, lentur sifatnya, terus-menerus, kuat, kedisiplinan terhadap tekanan (*stress*), produktivitas tinggi, kesehatan, kegembiraan, percaya diri, ketepatan hati dan konsentrasi.

Menurut Mayer dalam Wanti, (2003: 13), seorang atlet yang memiliki kecerdasan emosi ditandai dengan:

- 1) Janji dan komitmen (tanggung jawab) hal ini akan tercermin pada keterlibatannya dalam latihan, datang tepat pada waktunya dan merasakan olahraga sebagai bagian dari kehidupannya; 2) Kepandaian (intelektual) akan tercermin pada rasa ingin tahu yang tinggi, selalu bertanya akan hal-hal yang baru, konsisten terhadap apa yang akan dilakukan, memahami serta menerapkan pola permainan untuk memperoleh kemenangan; 3) Semangat bertanding dan berlatih, dalam bertanding selalu senang, berbuat untuk belajar, selalu berupaya mengembangkan pola permainan dan diterapkan dalam pertandingan, setiap memperoleh angka kemenangan sebagai tujuan utama; 4) Percaya diri akan tampak dalam sikap tenang walaupun mengalami kegagalan, berusaha untuk mengatasi permasalahan di arena pertandingan dan saat latihan, tetap ceria, tidak gemetar dan tidak menunjukkan kekecewaan; 5) Emosi yang stabil selalu ditandai dengan konsentrasi dan perhatian, berpandangan ke depan, bahasa tubuh normal.

Menurut Hartono dalam Kurnia (2003: 9), menyatakan bahwa ciri-ciri atlet yang memiliki tingkat kecerdasan emosi yang baik antara lain:

- 1) Dalam perkembangan (mental emosional) anak lebih matang; 2) Anak lebih bertanggung jawab atas semua tuntutan dan beban yang pelatihnya berikan; 3) Dalam segala situasi (latihan, pertandingan, pasca pertandingan, dan lain - lain) anak mampu membuat keputusan, keputusan yang tepat dan tegas; 4) Di lingkungannya (sekolah, rumah, tempat latihan, dan lain-lain) dikenal baik; 5) Tidak memilih teman dalam bergaul; 6) Suka menolong pada sesama dan sosial tinggi; 7) Memiliki tenggang rasa antar sesama (sikap menerima kemenangan dan

kekalahan; 8) Dikenal dengan pribadi yang demokratis; 9) Dalam latihan, pertandingan, pasca pertandingan, lingkungan tempat tinggal selalu mau menerima pendapat orang lain; 10) Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan pada tugas yang dikerjakan dan menaruh perhatian penuh; 11) Mampu mengatasi masalah tekanan selama latihan, pertandingan, pasca pertandingan dan dalam kehidupan sehari-hari.

b. Faktor-faktor kecerdasan emosi

Dalam faktor-faktor kecerdasan emosi, terdapat lima faktor kecerdasan emosi dan terdapat 15 indikator didalamnya yaitu:

1) Kesadaran diri

Kesadaran diri merupakan faktor kecerdasan emosi yang pertama, dimana orang memiliki kesadaran diri mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu dalam pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realitas atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat serta mengenali emosi diri beserta efeknya.

Kesadaran diri merupakan kemampuan anda mengamati diri anda dan mengenali perasaan-perasaan anda, menghimpun kosakata untuk perasaan, mengetahui hubungan antara pikiran, perasaan dan reaksi. Goleman, (1999: 428). Dengan kata lain, kesadaran diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang tentang pengenalan diri sendiri, tentang kelebihan dan kekurangan yang dia miliki. Dalam hal ini terdapat tiga indikator

kesadaran diri yaitu: a) kesadaran emosi, b) penilaian diri secara teliti, dan c) percaya diri.

2) Pengaturan diri

Pengaturan adalah kemampuan mengelola kondisi, rangsangan yang timbul secara tiba-tiba serta mengetahui sumber daya diri sendiri.

Goleman (2001: 514) berpendapat bahwa:

“pengaturan diri ialah kemampuan menangani emosi kita sedemikian rupa sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran dan mampu pilih kembali dari tekanan emosi”.

Adapun indikator dari pengaturan diri yaitu: a) kewaspadaan, b) adaptabilitas, dan c) inovasi.

3) Motivasi

Motivasi merupakan kecenderungan emosi seseorang yang berperan sebagai penerang atau penggerak seseorang untuk mengantar atau memudahkan pencapaian prestasi.

Goleman (2001: 514) mengemukakan bahwa “motivasi merupakan kemampuan menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menentukan kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif, bertindak sangat efektif dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi”.

Adapun indikator motivasi yaitu: a) dorongan prestasi, b) komitmen, dan c) optimisme.

4) Empati

Empati dapat berupa mengenali perasaan, kebutuhan dan kepentingan orang lain, mengindra dan perspektif orang lain menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan mereka, mengantisipasi, mengenali dan berusaha memenuhi kebutuhan orang lain dan berusaha menumbuhkan kemampuan mereka, menumbuhkan peluang melalui pergaulan bermacam-macam orang, mampu membaca arus-arus emosi sebuah kelompok dan hubungan-hubungannya dengan kekuasaan.

Goleman (2001: 514), empati merupakan:

“Kemampuan yang dimiliki seseorang, merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang, serta berfikir sesuai sudut pandang mereka, menghargai perbedaan perasaan orang mengenai berbagai hal indikator empati”.

Adapun indikator empati yaitu: a) memahami orang lain, b) orientasi belajar, dan c) mengatasi keragaman.

5) Keterampilan Sosial

Keterampilan sosial adalah kepintaran seseorang dalam menggugah tanggapan yang dikehendaki oleh orang lain, memiliki teknik melakukan persuasi, mengirim pesan yang jelas

dan meyakinkan, membangkitkan inspirasi dan memandu kelompok orang lain, memulai dan mengelola perubahan, negosiasi dan pemecahan silang pendapat, menumbuhkan hubungan sebagai alat, kerja sama dengan orang lain demi tujuan bersama, menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.

Goleman (2001: 514), berpendapat:

“keterampilan sosial adalah kemampuan menangani emosi yang baik ketika berhubungan dengan orang lain dengan cara cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berintegrasi dengan lancar, menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan dan untuk bekerjasama dalam tim”.

Adapun indikator keterampilan sosial yaitu: a) komunikasi, b) kepemimpinan, dan c) kemampuan tim

B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori di atas, penulis ingin meneliti sejauh mana pengaruh kecerdasan emosi terhadap keterampilan bermain bulutangkis atlet di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman karena diduga salah satu penyebab kurangnya prestasi atlet adalah kurangnya kecerdasan emosi yang dimiliki atlet. Deskripsi kerangka konseptual dapat dilihat pada Tabel 2.1.

Tabel 2. 1. Kerangka konseptual

B

A	Atlet Bulutangkis		
	Kecerdasan Emosi	1. Dilatih	2. Tidak Dilatih
	1. Tinggi	A1.B1	A1.B2
	2. Rendah	A2.B1	A2.B2

Pada Tabel 2.1 dapat kita lihat bahwa sebelum atlet diberi perlakuan berupa program latihan, atlet terlebih dahulu diukur kecerdasan emosinya melalui pengisian angket yang dilanjutkan dengan pengelompokan tingkat kecerdasan emosi atlet, setelah dikelompokkan atlet yang mempunyai kecerdasan emosi tinggi dan atlet yang mempunyai kecerdasan emosi rendah sebagian atlet yang mempunyai kecerdasan emosi tinggi dan mempunyai kecerdasan emosi rendah diberi program latihan dan sebagian atlet yang mempunyai kecerdasan emosi tinggi dan sebagian atlet yang mempunyai rendah tidak diberi program latihan selama enam belas kali pertemuan dimana latihan diadakan tiga kali seminggu. Setelah itu baru dites tingkat keterampilan bermain bulutangkis atlet.

C. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptual di atas maka dapat diajukan hipotesis yaitu “ Kecerdasan Emosi berpengaruh signifikan terhadap keterampilan bulutangkis atlet di PB. Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman”.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa “Kecerdasan emosi berpengaruh signifikan terhadap keterampilan bulutangkis atlet di persatuan bulutangkis Nan Sabaris Kabupaten Padang Pariaman”.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka disarankan kepada pelatih bulutangkis khususnya di Persatuan Bulutangkis Nan Sabaris agar juga memberikan latihan mental (kecerdasan emosi) dalam rangka peningkatan kualitas dan keterampilan bermain atlet kedepan.

DAFTAR PUSTAKA

- Annonymous. 2007. *Hormon Adrenalin*. <http://victor-health.blogspot.com/2007/adr.html> (diakses tanggal 13 agustus 2008)
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi IV. Jakarta; Rineka Cipta.
- Goleman, D. 1999. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia
- _____. 2001. *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Prestasi Tinggi*. Jakarta: Gramedia
- Hurlock B. Elizabeth. 1992. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Gelora Aksara Pratama
- _____. 1993. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Idris. 2004. *Aplikasi Model Analisis Data Kuantitatif Dengan Program SPSS*. Program Magister Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Padang
- Kamelia, Evi. 2003. *Upaya Orangtua Mengembangkan Emosi Remaja*. Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang
- Klavora, Peter. 1987. *Tennis Play to Win the Czech Way*. Toronto: Sport Book Publisher
- Marheni, Eddy. 2005. "Keterampilan Bermain Bola Basket Studi Eksperimen Tentang Pengaruh Metode Pengajaran dan Kematangan Emosional Terhadap Keterampilan Bermain Bola Basket Di SMU Pembangunan Universitas Negeri Padang". *Disertasi*. Jakarta: Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
- Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi. 1999. *Petunjuk Pelaksanaan Tes Keterampilan Bulutangkis*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Saphiro, Lawrence E. 1997. *Mengajarkan EQ pada Anak*. Jakarta: Gramedia
- Undang-undang RI No. 3 Tahun 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Sinar Grafika
- Wanti, Alfitri. 2003. "Peranan Kecerdasan Emosional dalam Menunjang Keberhasilan Anak". *Skripsi*. Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang
- Yulianti, Dewi. 2001. "Persepsi Ibu Terhadap Perkembangan Emosi Anak Usia Pra Sekolah di RT XII Kelurahan Parupuk Tabing". *Skripsi*. Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang