

**TINJAUAN KECERDASAN EMOSI ATLET *CRICKET* SUMATERA  
BARAT**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi  
sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh  
Gelar Sarjana olahraga (S.Or)*



Oleh

**MUHAMMAD AZIM**  
2013/1303446

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

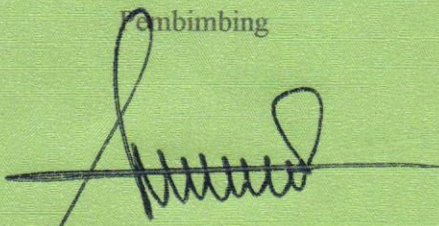
**TINJAUAN KECERDASAN EMOSI ATLET *CRICKET* SUMATERA  
BARAT**

Nama : Muhammad Azim  
NIM : 1303446  
Prodi : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Oktober 2018

Disetujui oleh:

Pembimbing



Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd  
NIP. 19860712201012 1008

Ketua Jurusan Kesehatan dan  
Rekreasi



Dr. Wilda Wellis, SP, M.Kes  
NIP.197005121999032001

## HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

### TINJAUAN KECERDASAN EMOSI ATLET *CRICKET* SUMATERA BARAT

Nama : Muhammad Azim  
NIM : 1303446  
Prodi : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Oktober 2018

Tim Penguji

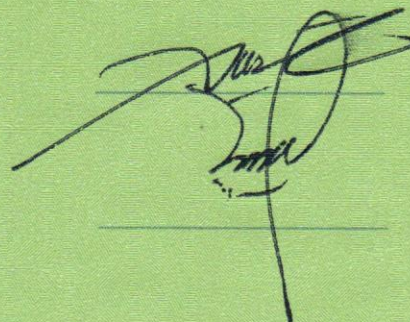
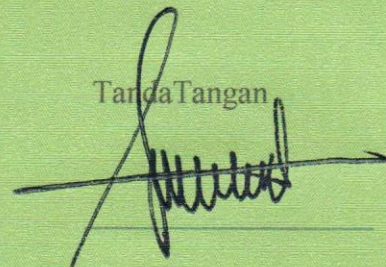
Nama

Ketua : Dr. Anton Komaini .,S.Si., M.Pd

Anggota : Fahmil Haris., S. Pd., M. Pd

Anggota : Andri Gemaini., S. Si., M. Pd

Tanda Tangan



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

*Atas segala ridha dan restuMu ya Allah perjalanan panjang telah kutempuh dan kulalui yang penuh tantangan dan cobaan, alhamdulillah atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya ini.*

*Allah meninggikan orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang berilmu pengetahuan beberapa derajat "*

***Surat Al – Mujaadalah ayat 11***

*" Sesungguhnya dibalik kesukaran itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai mengerjakan suatu pekerjaan, maka bersiap-siaplah mengerjakan pekerjaan yang lain, dan hanya kepada TuhanMu kamu bermohon "*

***Surat Al-Insyirah ayat 5 – 8***

*"Bagi tiap-tiap manusia ada malaikat penjaganya silih berganti dari hadapannya dan dari belakangnya yang mengawasi dan menjaganya (dari suatu bahaya) atas perintah Allah, sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri, dan apabila Allah hendak menimpakan sesuatu bencana kepada suatu kaum (disebabkan kesalahan mereka sendiri), maka tidak ada yang dapat menolak atau menahan yang ditetapkanNya itu, dan tidak ada siapapun yang dapat menolong dan melindungi mereka selain dari padaNya.*

***Surat An-Ra' du ayat 11***

*Alhamdulillah hari ini setitik kebahagiaan telah kunikmati, dengan izin dan ridhaMu atas segala kerendahan dan ketulusan hati ku persembahkan hasil karya ini untuk kedua orang tua Ayahanda Khairuddin.s, Ibunda Roswarti (Alm), kakakku tercinta Siska novita, Elwata ewiska, Udaku penyemangatku Refqi Fauza, Sukron Warohi, adikku tersayang Dinnul Kholiq, Keponakanku Raddit, lutfi& Yazid serta yang selalu perhatian Ibu Rosmainar dan keluarga besar bapak Aswiri dan Bapak Romi Mrdela, S.Pd, M.Pd selau dosen serta pelatih yang selalu memberikan dukungan, telah memberikan semangat, dorongan, bimbingan dan do'a menuju titik ini, semoga Allah memberkatiNya. Amin.*

*Ku percaya.....Ini bukanlah akhir dari suatu perjuanganMelainkan awal dari perjalanan hidup ku Memasuki gerbang yang harus di lalui untuk menelusuri Jalan panjang dan berliku Demi meraih kebahagiaan yang hakiki di jalan- mu ya Allah Ku langkahkan kaki dengan pasti dan penuh keyakinan Serta do'a yang telah ku pinta Walau ku terjatuh, luka dan berdarah Walau air mata membasahi wajah ini Namun ku tetap*

*tegar dan slalu bertawakal Demi menggapai segenap harapan dan  
cita-cita untuk masa depan*

*Ya Allah.....*

*Aku berharap pada-Mu Untuk slalu mengiringi dan menuntun di  
setiap langkah ku ku persembahkan sebuah karya kecil ini sebagai  
ungkapan rasa hormat, simpati, Sayang dan terima kasih ku atas  
bantuan dan do'a yang mengiringi Langkah perjuangan ku....  
Khusus untuk ke dua orang tua ku*

*Ibunda.....*

*Seiring waktu berjalan telah mengantarkan ku disini Mencoba tuk  
berikan suatu kebanggaan pada mu Walau ibunda telah berada di  
sisi allahurabbi Tapi ku selalu berdo'a dan percaya bahwa ibun  
juga merasakan dan melihat dari atas sana apa yang hamba  
lakukan..*

*Ayahanda..*

*Begitu sering ku terpuruk dalam keputus asa'an Namun semua itu  
dapat di lalui karena mu Yang dapat membuat ku tegar dan tabah  
tuk melangkah demi masa depan yang telah di gariskan*

*Kau didik aku.....*

*kau tuntun aku Karna itulah aku berusaha.....*

*Memberikan hal terbaik untuk mu bu.....*

*Ayahanda.....*

*Entah berapa banyak pengorbanan yang engkau berikan untuk ku*

*Beribu perih yang engkau rasakan*

*Lelah mu pun takkan pernah terganti semua waktu engkau*

*habiskan untuk kami*

*Kau ceritakan semangat yang pernah engkau punya.....*

*Agar kami bisa melanjutkan semangat itu*

*Kau didik aku, kau tuntun aku*

*Karna itulah aku berusaha.....*

*Memberikan hal terbaik untuk mu yah.....*

*Ibu...Ayah.....*

*Trimalah persembahkan ku ini...*

*Sebagai bukti pengabdian anak mu ini.....*

*Meski tak sebanding*

*Tapi inilah buah perjalanan anak mu ini.....*

*Dan tidak lupa ucapan terima kasih kepada pembimbing akademik bapak Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd serta seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan juga kepada teman-teman yang sama-sama berjuang selama perkuliahan ini.*

*Special thank's for*

*"my girl friend Astari Rokhasiwi yang telah menemani,  
membantu, menyemangatkan di setiap keadaanku, dan semoga cepat  
impian kita berdua tercapai...amiiin...."*

*by*




**Muhammad Azim, S. Or**

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa artikel ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atas pendapat yang di tulis atau di terbitkan oleh orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lain.

Padang, November 2018  
Yang Menyatakan



Muhammad Azim

## **ABSTRAK**

### **Muhammad Azim (2018): Tinjauan Kecerdasan Emosi Atlet *Cricket* Sumatera Barat**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kecerdasan emosi atlet *Cricket* Sumatera Barat. Dalam olahraga khususnya pada cabang cricket, seseorang yang memiliki kecerdasan masih belum cukup, tetapi harus diikuti dengan kematangan emosi serta basa mengarahkan emosi itu kearah yang positif. penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan , yaitu: tingkat kecerdasan emosi atlet *cricket* Sumatera Barat yang di lihat dan tinjau dari kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial.

Jenis penelitian ini digolongkan pada penelitian deskriptif, dengan jumlah populasi seluruh atlet cricket sumatera barat dengan jumlah 20 orang atlet . teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling* dengan sampel sebanyak 20 orang atlet, sedangkan analisis data menggunakan teknik persentase. Hasil penelitian ini menunjukkan dan mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi atlet cricket sumatera barat dilihat dari kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial yaitu berada pada persentase 75 % berada keadaan cukup. Berdasarkan hasil dari penelitian, atlet *cricket* Sumatera Barat belum memiliki kecerdasan emosi yang baik.

**Kata Kunci : Kecerdasan Emosi Atlit *Cricket* Sumatera Barat**

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadirat ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah serta inayah-NYA sehingga penulis dapat mengajukan skripsi dengan judul “**tinjauan kecerdasan emosi atlet cricket sumatera barat**”. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or) di Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Keolahragan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik yang baik dan masukan–masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini. Dalam pembuatan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan dan pengarahan baik moril maupun materil secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd., Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan kesempatan sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Zalfendi, M. Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan universitas negeri padang yang telah memberi izin dan kesempatan untuk melaksanakan penelitian serta menyelesaikan perkuliahan ini.
3. Dr. Wilda Welis, SP, M. Kes selaku Ketua Jurusan yang telah banyak memberi kesempatan serta membantu dalam menyelesaikan perkuliahan ini pada Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi.
4. (Alm) Bapak Dr. Syafrizal, M. Pd yang selaku Penasehat Akademik (PA) yang telah banyak menasehati dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Dr. Anton Komaini , S.Si., M. Pd selaku Pembimbing 1 yang telah banyak menasehati dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Famil Haris S.Pd, M. Pd dan Andri Gemaini, S. Si., M.Pd selaku dosen penguji yang telah banyak memberi kesempatan dan nasehat dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang tercinta, ayah dan (Alm) ibu tercinta yang telah berada di syurga yang telah mendoakan, membimbing dan mengarahkan seluruh kemampuan baik moril maupun materil.
8. Kepada Pengurus, Pelatih, serta atlit tim *cricket* Sumatera Barat yang telah banyak memberikan bantuan serta menyumbangkan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan, dorongan serta pengorbanan yang diberikan kepada penulis mendapatkan balasan yang berlipat ganda di sisi ALLAH SWT. Amin.

<b>DAFTAR IS</b>	<b>HALAMAN</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	9
C. Pembatasan Masalah .....	9
D. Perumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>11</b>
A. Kajian Teori .....	11
1. Kecerdasan Emosi .....	11
2. Olahraga <i>Cricket</i> .....	31
B. Kerangka Konseptual .....	41
C. Pertanyaan Penelitian .....	42
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>43</b>
A. Jenis Penelitian .....	43
B. Waktu dan Tempat penelitian .....	43

C. Populasi dan Sampel .....	43
D. Definisi Operasional .....	44
E. Jenis dan Sumber Data .....	44
F. Instrument Penelitian .....	45
G. Teknik Pengumpulan Data .....	46
H. Teknik Analisis Data .....	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
A. Hasil .....	52
B. Pembahasan .....	61
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>65</b>
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>70</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Kecakapan Kecerdasan Emosi Goleman (2001: 42) .....	17
2. Kriteria Penyekoran Alat Pengumpul Data .....	48
3. Uji Validitas .....	49
4. Kecerdasan Emosi Dilihat dari Kesadaran Diri .....	52
5. Kecerdasan Emosi Dilihat dari Pengaturan Diri .....	54
6. Kecerdasan Emosi dilihat dari Motivasi .....	55
7. Kecerdasan Emosi dilihat dari Empati .....	56
8. Kecerdasan Emosi dilihat dari Keterampilan Sosial .....	58
9. Kecerdasan emosi dilihat dari Semua sub variabel .....	59
10. Rekapitulasi Hasil Penelitian .....	60
11 Kisi-kisi Angket Penelitian .....	70
12 Uji Coba Angket Penelitian .....	<a href="#">73</a>
13 Angket Penelitian .....	77
14 Data Rekapitulasi Uji Angket .....	80
15 Reliability Validitas .....	82
16 Rekapitulasi Penelitian .....	85
17 Sub Variabel Kesadaran Diri .....	87
18 Sub Variabel Pengaturan Diri .....	88
19 Sub Variabel Motivasi .....	89
20 Sub Variabel Empati .....	90
21 Sub Variabel Keterampilan Sosial .....	91

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Lapangan <i>Cricket</i> .....	32
2. <i>Pitch</i> Tempat Memukul Dan Melempar .....	32
3. Bola <i>Cricket</i> .....	33
4. Tongkat Pemukul ( <i>Bat</i> ) .....	34
5. <i>Wicket</i> .....	34
6. Helm <i>Cricket</i> ( <i>Helmet protect</i> ) .....	35
7. Sarung tangan cricket ( <i>Glove</i> ).....	35
8. Pelindung Kaki ( <i>Pad</i> ) .....	36
9. Sepatu <i>Cricket</i> . .....	36
10. Kerangka Konseptual .....	34
11. Grafik Distribusi Kesadaran Emosi .....	53
12. Grafik Distribusi Pengaturan Diri .....	54
13. Grafik Distribusi Motivasi .....	56
14. Grafik Distribusi Empati.....	57
15. Grafik Distribusi Keterampilan Sosial .....	58
16. Grafik Distribusi Keseluruhan Sub Variabel .....	58
17. Foto Penelitian .....	92

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Angket Penelitian .....	70
2. Uji Coba Angket Penelitian .....	<a href="#">73</a>
3. Angket Penelitian .....	77
4. Data Rekapitulasi Uji Angket .....	80
5. Reliability Validitas .....	82
6. Rekapitulasi Penelitian .....	85
7. Sub Variabel Kesadaran Diri .....	87
8. Sub Variabel Pengaturan Diri .....	88
9. Sub Variabel Motivasi .....	89
10. Sub Variabel Empati .....	90
11. Sub Variabel Keterampilan Sosia .....	91
12. Dokumentasi Penelitian .....	92
13. Surat Penelitian FIK UNP .....	<u>94</u>
14. Surat Balasan Penelitian .....	<u>95</u>

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu juga olahraga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Tetapi olahraga mempunyai makna tidak hanya itu, olahraga sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi. Sesuai yang tercantum dalam Undang-Undang No.3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Tujuan Keolahragaan Nasional tersebut terdapat dalam Bab 2 Pasal 4 yang berbunyi: Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.

Berdasarkan kutipan di atas, salah satu dari tujuan keolahragaan nasional adalah prestasi. Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 20 ayat 3 berbunyi: olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Di samping itu tidak boleh dilupakan adalah peningkatan

prestasi olahraga. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang ingin dicapai dari pelaksanaan suatu kegiatan olahraga. Salah satu cara untuk mencapai prestasi ini adalah dengan pembinaan olahraga secara baik dan terprogram. Pembinaan olahraga sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet untuk mencapai prestasi *Cricket* merupakan salah satu cabang olahraga yang baru berkembang di Sumatera Barat dan merupakan salah satu olahraga yang dapat dimainkan oleh semua golongan umur. Olahraga *cricket* dimainkan dengan menggunakan bola, *bat* dan *stump* dan lapangan. Olahraga ini merupakan olahraga yang berasal dari Inggris, olahraga ini sudah sangat populer di negara jajahan Inggris, seperti India, Pakistan, Australia, Malaysia dan sebagainya. Indonesia masuk dalam Region East Asia Pasifik pada tahun 2000, Indonesia diakui sebagai Negara *affiliate* yang baru mengenal *cricket*, (Kemenpora, 2009: 2-3).

Seiring dengan itu di Indonesia *cricket* sudah dikenal pada tahun 1992 sejumlah kegiatan olahraga *cricket* mulai dimainkan dan mulai aktif dengan adanya beberapa permainan persahabatan dan permainan tour. Pada tahun 2012 *cricket* mulai dikenalkan di Sumatera Barat dengan ditandai dengan keputusan Persatuan *Cricket* Indonesia (PB PCI) dengan dibentuknya sebuah pengurus daerah *cricket* di Sumatera Barat yang diketui Oleh Dr. Yendrizal.M, Pd dan seiring itu telah dilaksanakannya sosialisasi tentang olahraga *cricket* di Sumatera Barat dengan pemberian sarana oleh PCI.

Dalam menciptakan prestasi atlet harus memiliki kemampuan yang mendasar diantaranya yaitu kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Hal

tersebut dapat dilakukan melalui latihan yang sistematis, terencana, terus-menerus, dan meningkat. Menurut Syafruddin (2011:23) “adalah empat faktor atau unsur utama yang menentukan kemampuan prestasi atlet adapun keempat faktor tersebut sebagai berikut kondisi fisik, teknik, taktik dan mental (psikis)”.

Keempat faktor tersebut tidak dapat dipisahkan karena saling berhubungan satu sama lain semuanya harus dalam keadaan baik. Hal tersebut disebabkan penguasaan kondisi fisik, teknik dan taktik yang baik serta didukung mental yang baik akan menjadikan sebuah kesatuan satu dengan lainnya.

Dalam perkembangan manusia pasti mengalami proses perkembangan baik dari segi fisik maupun psikologinya. Dalam proses perkembangan terjadi perubahan yang meliputi aspek fisik, intelektual, sosial moral, bahasa emosi dan perasaan, minat, motivasi, sikap, mental, kepribadian, bakat, dan kreativitas. Psikologi memberikan wawasan tentang bagaimana memahami perilaku antar individu yang berbeda-beda baik dalam proses pendidikan maupun dalam kehidupan sehari-hari dan bagaimana membantu individu agar dapat berkembang optimal melalui berbagai permasalahan yang ada.

Psikologi menurut Walgito (2005: 9) merupakan ilmu yang membicarakan tentang jiwa, akan tetapi oleh karena jiwa itu sendiri tidak menampak, maka yang dapat dilihat dan opservasi ialah perilaku atau aktifitas-aktifitas yang merupakan manifestasi atau penjelmaan kehidupan jiwa itu, karena itu psikologi merupakansuatu ilmu yang meneliti serta

mempelajari tentang perilaku atau aktifitas-aktifitas, dan perilaku serta aktifitas-aktifitas itu sebagai manifestasi hidup jiwa.

Pengertian psikologi menurut Muhibbinsyah (2001:12)“adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang terbuka dan tertutup pada manusia baik selaku individu maupun kelompok dalam hubungannya dengan lingkungan”. Berdasarkan teori di atas psikologi dapat diartikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari kejiwaan baik manusia secara individu maupun kelompok, psikologi tidak mempelajari jiwa/mental secara langsung karena sifatnya yang abstrak, akan tetapi oleh karena jiwa itu sendiri tidak nampak, maka yang dapat dilihat dan opservasi ialah perilaku atau aktifitas-aktifitas yang merupakan manifestasi atau penjelmaan kehidupan jiwa itu, psikologi membatasi pada ekspresi dari jiwa yang berhubungan dengan tingkah laku dan proses dalam kegiatan, sehingga psikologi dapat di definisikan sebagai ilmu pengetahuan yang meneliti serta mempelajari tentang perilaku atau aktifitas-aktifitas, dan perilaku serta aktifitas-aktifitas itu sebagai manifestasi hidup jiwa baik individu maupun kelompok dalam berhubungan dengan lingkungan. Dalam psikologi terdapat ilmu pengetahuan dimana, dengan ilmu pengetahuan akan memudahkan dalam menyusun dan mempunyai cara-cara peyelesaian secara ilmiah, selanjutnya tingkah laku memberikan dampak dalam kehidupan berhubungan dengan lingkungan baik dengan sesama manusia maupun dengan makhluk hidup lainnya, serta bagaimana kaitannya dengan tingkah laku kognitif, afektif dan motorik, serta keterkaitannya dengan lingkungan manusia membutuhkan untuk berinteraksi,

dengan berinteraksi membutuhkan sebuah pengontrolan diri sehingga komunikasi berjalan dengan baik tidak ada konflik dalam berkomunikasi.

Kesalahan umum dari pelatih dan atlet yang sering mengabaikan aspek mental yang sangat penting dalam mencapai prestasi, karena dalam waktu melatih atau berlatih hanya memperhatikan teknik, taktik, serta pembentukan *skill*. Dalam olahraga mental berkaitan dengan ilmu-ilmu kesehatan mental, seperti sosiologi, agama, psikologi, karena mental berguna membantu atlet dalam menghadapi atau melindungi diri dari pengaruh buruk.

Didalam dunia olahraga, seseorang yang memiliki kecerdasan saja masih belum cukup, tetapi juga harus dibarengi dengan kematangan emosi orang tersebut. Ambil contoh dalam pertandingan *cricket* sering ditemukan pemain yang tidak dapat meraih prestasi yang setara dengan kecerdasannya. Ada pemain yang mempunyai kecerdasan tinggi tetapi memperoleh prestasi yang relatif rendah, namun ada pemain walaupun kemampuan inteligensinya relatif rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Menurut Goleman (2001:45) kecerdasan emosi merujuk pada kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan berempati, serta kecerdasan emosi seseorang bisa kita ketahui melalui kecakapan kecerdasan emosi : kesadaran diri, pengaturandiri, motivasi, empati, keterampilan sosial.

Emosi merupakan perasaan yang dialami individu baik dari dalam dirinya sendiri maupun dari orang lain, emosi dapat di kelompokkan dalam beberapa kategori seperti : marah, takut, sedih, gembira, kasih sayang dan takjub, semua itu dapat mempengaruhi perubahan-perubahan kondisi fisik seseorang. Sehubungan ini semua maka jelaslah bahwagejala psikis akan mempengaruhi penampilan dan prestasi atlet. Dalam gangguan emosil perlu diperhatikan, karena gangguan emosi dapat mempengaruhi keseimbangan psikis secara keseluruhan, dan ini berakibat besar terhadap penampilan atlet di lapangan.

Emosi dapat berpengaruh terhadap penampilan atlet, konsisten atau kemantapan penampilan merupakan hasil darikonsistensi emosi. Pemain yang keadaan emosinya tidak stabil selama permainan akan mendapati bahwa penampilan mereka juga tidak stabil. Semakin naik turun keadaan emosi pemain selama permainan, semakin kecil kemungkinan tingkat penampilan mereka dapat distabilkan pada kemampuan puncaknya keadaan emosi mengarah pada kemunculan keadaan fisiologis yang berbeda-beda. Perubahan pada keadaan perasaan berpengaruh pada keadaan yang mempengaruhi variabel performa kritis seperti tekanan darah, detak jantung, tegangan otot, suhu badan, dan lain-lain. Perubahan pemain sebagai perubahan keadaan perasaan dan keadaan jiwa (*mood*). Perubahan ini dapat menunjang atau merusak kemampuan mereka untuk mencapai penampilan puncak prestasi. Di liga tertinggi Indonesia masih banyak pemain-pemain hebat yang masih buruk pengendalian emosinya, seperti Ikade Gamantika yang melakukan protes yang

berlebihan dan melemparkan *bat* terhadap wasit dikarenakan tidak menerima keputusan wasit.

Perkembangan Olahraga *Cricket* di Sumatera Barat akhir-akhir ini cukup mengembirakan, dengan semakin banyaknya kabupaten/kota yang sudah melakukan pembinaan dan pelatihan baik itu untuk pelatih maupun atlet yang melakukan pembinaan pemain muda untuk mengembangkan bakatnya, dan dengan kompetisi kejuaraan nasional dan liga liga lainnya yang bergulir sehingga ini akan menguntungkan bagi perkembangan olahraga *cricket* yang saat ini belum sepenuhnya atau baru beberapa persen masyarakat Sumatera Barat yang mengenal olahraga *cricket* tersebut. Diharapkan nantinya akan banyak menciptakan pemain-pemain yang handal dan mampu bermain di liga profesional melalui penyaluran pembinaan pada *cricket* Sumatera Barat.

Secara kualitas, mungkin prestasi olahraga *cricket* di Sumatera Barat terkesan belum terlihat, akan tetapi pada bulan September 2014 *cricket* Sumatera Barat mengikuti kejuaraan nasional di Jakarta, dan pada bulan November 2014 mengikuti kejuaraan internasional di Malaysia yang kedua kalinya menempati peringkat 5 dan pada bulan Oktober 2015 atlet *cricket* Sumatera Barat mengikuti Pra-PON di Bogor, Jawa Barat dan berhasil lolos ke PON XIX Jawa Barat dan menyumbangkan medali perunggu untuk Sumatera Barat pada PON tahun 2016.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada atlet *cricket* Sumatera Barat saat melakukan latihan serta pada saat kejuaraan nasional 2017, terlihat pengendalian diri atau emosi sangat tidak terkontrol yang membuat permainan

atlet tersebut menjadi jauh dari harapan pelatih dan tim, seperti pada saat dalam melakukan pukulan dan lemparan, pada saat melakukan pukulan atlet ingin selalu mendapatkan enam poin dengan satu pukulan, sementara bola lurus dengan *stamp* dan harus di tahannya (*blok*) tetapi dengan keegoisanya bola dipukul keras sehingga *bat* tidak mengenai bola pada akhirnya bola mengenai *stamp* dan atlet tersebut harus keluar lapangan (*out*), serta pada saat melakukan lemparan saat pemukul lawan sudah lelah melakukan pukulan dan mereka bertahan seharusnya atlet tersebut memainkan bola dengan melambatkan lemparannya, akan tetapi dengan keegoisannya bola di lempar dengan sangat cepat, akhirnya bola *waid* atau jatuh di belakang pemukul dan bola tidak sah poin buat lawanitu sangat merugikan sekali.

Atlet terlihat pengendalian dan kesadaran diri yang masih kurang tentang pentingnya kerja sam tim, serta pernah terjadi perkelahian antar pemain dalam satu tim dan terjadi juga sama tim lawan, disamping itu pemain sering melakukan protes keras terhadap keputusan wasit. Dan tanpa di sadari oleh pemain tersebut bisa merusak kerjasama tim, sehingga pengendalian diri sangat diperlukan, untuk mendapatkan hasil yang di capai.

Bedasarkan uraian di atas maka peneliti ingin mengukur tingkat kecerdasan emosi atlet, dilihat dari faktor-faktornya yaitu kesadaran emosi, pengaturan diri, motivasi, empati serta keterampilan sosial. Mengingat pentingnya kecerdasan emosi bagi seorang pemain *cricket*, pemain yang masih perlu adanya pengendalian emosi yang lebih baik, maka perlu mendapatkan perhatian lebih dari pelatih, karena akan semakin mematangkan seorang

pemain *cricket*. Oleh karena itu dengan pentingnya kecerdasan emosi dalam *cricket* maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “**Tinjauan Kecerdasan Emosi Atlet *Cricket* Sumatera Barat**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

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

1. Kurangnya kemampuan individu dari pada kerjasama tim pada saat bermain.
2. Tidak Adanya kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial atlet belum sesuai harapan.
3. Kecerdasan emosi yang tidak bagus dalam menghadapi pertandingan.
4. Pengontrolan diri yang tidak bagus pada saat mengalami tekanan.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah maka penelitian ini dibatasi pada permasalahan penelitian yaitu Kecerdasan Emosi Atlet *Cricket* Sumatera Barat.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka penulis merumuskan masalah penelitian yaitu: Bagaimana keadaan Kecerdasan Emosi Atlet *Cricket* Sumatera Barat?.

## **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keadaan Kecerdasan Emosi Atlet *Cricket* Sumatera Barat.

## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan setelah melakukan penelitian ini adalah :

1. Sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk memperoleh gelar sarjana olahraga (S.Or) di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Sebagai masukan dan pertimbangan bagi pelatih untuk memperhatikan kecerdasan emosi atlet, serta dalam program latihan untuk melatih kecerdasan emosi atlet.
3. Untuk atlet, lebih mampu mengontrol kecerdasan emosi serta mengarahkanpada hal-hal positif untuk meningkatkan prestasi.
4. Sebagai pengembangan Ilmu Keolahragaan, khususnya pada cabang olahraga *cricket*.
5. Dan bagi peneliti selanjutnya, sebagai bahan masukan, informasi dalam melakukan penelitian lebih luas.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan mengenai tingkat kecerdasan emosi atlet *Cricket* Sumatera Barat berada pada kriteria cukup Berdasarkan data yang diperoleh dari sub variabel yang terdiri dari: a). Kesadaran diri, b). Pengaturan diri, c). Motivasi, d). Empati, e). Keterampilan social.

Dihat dari seluruh data sub variabel dapat di tarik kesimpulan bahwa dari 20 atlet, 5 (25) orang berada pada kriteria baik, 15 (75) orang berada kriteria cukup. Seta diketahui nilai rata-rata 170.65, nilai tengah 170, nilai sering muncul 170, nilai minimal, 156, dan nilai maksimal 193. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet *Cricket* Sumatera Barat berada pada kategori cukup dan belum maksimal karena belum dapat mengendalikan emosi, mengarahkan emosi serta menggunakannya emosi untuk tujuan yang positif. Oleh karena itu dengan mempunyai pelatih ahli psikologi dan program latihan kecerdasan emosi yang baik hendaknya dapat menunjang potensi atlet dalam latihan, kehidupan sosial masyarakat maupun pada saat bertanding serta mampu mengendalikan emosi kearah yang positif.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan pada bagian terdahulu, berikut dikemukakan beberapa saran untuk:

1. Pelatih *cricket* Sumatera Barat, diharapkan pelatih untuk memperhatikan dan mengarahkan pemain, serta merta memperhatikan dan membuat

program latihan untuk membantu mengarahkan emosi atlet agar dapat mencapai prestasi yang diinginkan.

2. Pengurus Persatuan *cricket* Sumatera Baratagar memberikan dorongan moral maupun materil kepada atlit dalam latihan, maupun dalam bertanding, agar atlet lebih semangat dan termotivasi meningkatkan prestasi *cricket* dalam meningkatkan prestasi.
3. Atlet *cricket* Sumatera Barat, agar mampu mengendalikan, memahami emosi sendiri serta mengarahkandan meningkatkan kecerdasan emosi ke hal yang positif sehingga mampu meningkatkan prestasi olahraga *cricket*, guna mencapai cita-cita yang telah diinginkan, dan menjadi generasi kemajuan olahraga *cricket* Indonesia.

#### 4. Peneliti

Bagi peneliti sendiri agar bisa menjadi bahan masukan dan menambah wawasan tentangcara pengendalian kecerdasan emosi, yang menunjang dalam mencapai prestasi olahraga khususnya dalam cabang *cricket*.

#### 5. Peneliti Selanjutnya

Dengan hasil penelitian serta pembahasan peneliti menyadari masih banyaknya kekurangan dan kelemahan, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya untuk lebih mengembangkan variabel yang diteliti serta untuk memajukan olahraga *cricket* yang dilihat dari segi psikologi serta mengembangkannya untuk mencapai prestasi olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Adi Mahasatya.
- Daryanto, Sigit. (1998). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Apollo.
- Dellor, Ralph. 2010. *Cricket Steps To Succes Australia: Human Kinetics*
- Fraser, David. 2005. *Cricket And The Law*. [www.Humankinetics.com](http://www.Humankinetics.com) (di akses pada tanggal 18 Febuari 2017)
- Goleman, Daniel. (1999). *Kecerdasan Emosional*. Jakata: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Golemen, Daniel. (2001). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- [https://www. cara+melakukan+olahraga+cricket.co.id](https://www.cara+melakukan+olahraga+cricket.co.id) ( diakses tanggal 13 Juli 2018 jam 19.00 )
- [https://www. Sarana+dan+prasarana+olahraga+cricket.co.id](https://www.Sarana+dan+prasarana+olahraga+cricket.co.id) ( diakses tanggal 13 Juli 2018 jam 19.15 )
- Irawadi, Hendri. (2010). *Menuju Kematangan Mental*. Padang: UNP Press.
- Kemenpora. 2009. *Kriket Indonesia*. Jakarta: Yayasan Cricket Indonesia
- Riduwan. (2012). *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Jawa Barat : ALFABETA.
- Syafruddin.(2011).*Ilmu Kepelatihan Olahraga*.Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Syahrastani. (1999). *Psikologi Olahraga*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- UU RI No. 3 Tahun 2005.*Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Bandung: Citra Umbara.