

KECERDASAN EMOSI (EQ) ATLET PELATDA PETANQUE JANGKA PANJANG PON 2024

Oleh

Filli Azandi¹, Ahmad Al Munawar², Muhammad Syaleh², Ade Ros Riza³

¹Imu Keolahragaan, STOK BINA GUNA, Medan

²Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, STOK BINA GUNA, Medan

³Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, Universitas Negeri Medan

Email: filliazandi@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survey. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket dengan 25 butir pernyataan. Metode penelitian ini adalah metode survey dan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan observasi langsung dengan instrumen berupa lembar observasi atau melalui pengamatan langsung, wawancara dan dokumentasi. Lokasi penelitian dilaksanakan di lapangan Pengprove FOPI Sumut, waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2022. Subyek penelitian adalah seluruh atlet voli putra PON SUMUT dengan jumlah 8 atlet. Secara keseluruhan, hasil kuisioner kecerdasan emosi pada data diperoleh rentang antara nilai rata-rata 63-67, Mean ideal (M) 65 dan standar deviasi (SD) 1,5. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 1 atlet atau 12,5% katagori rendah, sebanyak 4 atlet atau 50% katagori sedang, dan sebanyak 3 atlet atau 37,5% katagori tinggi.

Kata Kunci : Kecerdasan Emosi, Prestasi Olahraga Petanque

A. PENDAHULUAN

Menuju PON 2024 Sumut Aceh, FOPI Sumut telah melakukan seleksi kepada seluruh atlet daerah dan atlit pengprove sendiri untuk melakukan pembinaan jangka Panjang persiapan PON 2024. Untuk saat ini, pengprove FOPI telah memiliki 10 atlet yang terjaring pada seleksi yang dilakukan oleh FOPI Sumut. Sepuluh atlit tersebut berasal dari berbagai daerah dengan berbagai karakteristik yang berbeda. FOPI Sumut sendiri dalam PON 2024, menyelenggarakan 13 nomor yang akan dipertandingkan dalam PON 2024. Dari 13 nomor tersebut FOPI Sumut menargetkan 5 emas untuk hasil PON tersebut, sehingga dapat dilihat bahwa atlet harus mempersiapkan diri baik secara fisik maupun psikis.

Dari hasil wawancara dan survei langsung dilokasi latihan yang dilakukan kepada atlit dan pelatih, peneliti mencatat beberapa kendala yang ditemukan antara lain menentukan pasangan dan kapten dalam pertandingan. Hal ini tidak bisa dipungkiri, karena masing-masing atlit berasal dari daerah yang berbeda. Yang menjadi masalah

berikutnya ialah, pemain belum dapat mengontrol emosi dalam ujicoba latihan yang dijalankan. Masalah ini terlihat ketika pemain mengambil keputusan yang tidak tepat pada problem yang muncul pada saat permainan. Hal ini juga menyebabkan miskomunikasi dengan tim saat pertandingan.

Dari permasalahan tersebut peneliti melihat ada hubungan antara kecerdasan emosi atlet dalam mengambil keputusan-keputusan pada saat pertandingan. Atlet yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi juga dapat dijadikan sebagai kapten atau leader dalam satu tim maupun kontingen. Hal ini juga memudahkan pelatih dalam memberikan intruksi kepada atlet-atlet lainnya. Dari permasalahan ini, peneliti menarik kesimpulan perlu adanya survei kecerdasan emosi yang dilakukan kepada atlet pelatda jangka panjang PON 2024.

Cooper & Sawaf mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kemampuan emosi sebagai sumber energy dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan menuntut penilikan perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan orang lain dan diri sendiri serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energy dalam kehidupan sehari-hari. Dimana kecerdasan emosional juga merupakan kemampuan untuk menggunakan emosi secara efektif untuk mencapai tujuan, untuk membangun produktif dan meraih keberhasilan (Dalam Ary Ginanjar, 2001: 44). Sementara itu Stein dan E-Book mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kecakapan yang memungkinkan kita melapangkan jalan kita di dunia yang rumit aspek pribadi, akal sehat yang penuh dengan misteri, dan kepekaan yang penting untuk berfungsi secara efektif setiap hari (Dikutip dari Rufahniyyah, 2012: 17).

Menurut Goleman (2004), tokoh yang mempopulerkan kecerdasan emosional, berpendapat bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa.

Menurut *Confederation Mondiale SportBoules* (2015), *Petanque* adalah bentuk permainan *boules* yang tujuannya melempar bola besi (*boules*) sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut *jack* dan kedua kakiharusan berada di lingkaran kecil, ada juga kompetisi khusus untuk *shooting*.

Olahraga petanque berasal dari Perancis merupakan permainan ketangkasan melempar bola yang terbuat dari bola besi (bosi) mendekati bola target yang terbuat dari kayu (boka). Petanque dimainkan di lapangan berukuran 4m x 15m di tanah keras, gravel, batu, pasir, dan rumput. Bentuk asli permainan ini muncul tahun 1907 di La Ciotat, di Provence, di selatan Perancis. Namanya berasal dari Les Ped Tancodalam dialek Provençal di bahasa Occitan, yang berarti “kaki rapat” (Saleh, 2012:1).

Cabang olahraga petanque di Indonesia mulai berkembang setelah dilangsungkannya kegiatan *SEA Games XXVI* tahun 2011 di Kota Palembang Sumatera Selatan tahun 2011. Cabang olahraga itu setelah dipertandingkan pada *SEAGames XXVI*, sampai sekarang sebanyak enam provinsi di Tanah Air mulai mengembangkannya. Sementara ini ada enam provinsi yang mulai aktif dalam berbagai kegiatan organisasi yakni Sumsel, Riau, DKI Jakarta, Jawa Barat, Yogyakarta, dan Jawa Timur. Ke-6 provinsi itu mengembangkan olahraga petanque pada kalangan pelajar dan mahasiswa, masyarakat umum, TNI, dan Polri. Puluhan klub telah berdiri pada masing-masing provinsi mengingat olahraga ini berkembang pesat di lingkungan kampus dan sekolah. Petanque termasuk olahraga akurasi seperti halnya golf, panahan, maupun menembak yang membutuhkan ketepatan (Pelana, Ramdan, 2020). Ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran.

Petanque adalah olahraga yang dimainkan menggunakan bola yang terbuat dari besi dengan ukuran diameter minimal 7,05cm dan maksimal 8,00 cm dan berat antara 650 gr dan 800 gr yang dihantarkan dengan tujuan mendekati ke bola kayu. Untuk pemain dibawah 11 tahun dapat menggunakan bosu dengan berat 600 gr dan diameter 65mm asalkan bola besi tersebut dibuat oleh produsen resmi. Boka adalah bola berukuran diameter 0,3 cm dan berat harus diantara 10 –18 gram yang terbuat dari kayu dan tidak dapat diangkat oleh magnet. Selain dari kayu ada bahan lain seperti plastik, (Tyas A, 2017: 392).

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa olahraga petanque adalah olahraga yang menarik untuk dimainkan karena dapat dimainkan di berbagai kalangan usia, bahkan dengan cara bermain yang mudah. Namun pada saat pertandingannya, pemain ini memerlukan konsentrasi dan pengambilan keputusan yang tepat dalam pertandingan maupun situasi-situasi yang genting dalam pertandingan.

B. METODE PENELITIAN

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan metodologi peneliian kualitatif, melihat tingkat kecerdasan emosi atlit pelatda janka Panjang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlit pelatda petanque jangka panjang yang berjumlah 8 atlit. Metode penelitian ini adalah metode deskriptif dengan teknik survei yaitu dengan cara mengumpulkan data melalui instrumen angket yang disebarkan kepada atlet. Ciri khas penelitian survei adalah data yang dikumpulkan dari responden yang banyak jumlahnya dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data yang diperoleh dari angket yang telah diisi oleh atlet.

Teknik Analisi Data

Untuk mendapatkan instrument yang baik, perlu diadakan uji coba angket yaitu dengan melakukan uji validitas. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan rumus Korelasi Product Moment dari Karl Pearson (dalam Arikunto, 2016:213). Untuk menguji reabilitas angket rumus yang digunakan rumus Cronbars Alpha sebagaimana yang disebut Arikunto (2015:23). Jika rhitung > rtabel untuk taraf $\alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa angket yang digunakan Valid.reliabel. Arikunto (2010: 319), menyatakan reliabilitas angket yang diperoleh dari hasil perhitungan dikonsultasikam dengan *table product moment*.

Intrumen Penelitian

Dari perumusan konseptual dan operasional sebagaimana diuraikan diatas, dapat dikemukakan bahwa yang akan diukur dari variabel ini adalah respon dari responden mengenai : mengenal emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina pengaruh. Dalam indikator – indikator tersebut dikembangkan butir – butir instrumen yang dijadikan sebagai angket.

Rentang skor yang digunakan adalah 1 sampai dengan 5. Proses dari penyusunan kuisioner diawali dengan kegiatan penentuan indikator – indikator kecerdasan emosi, pembuatan kisi – kisi, kemudian dikembangkan menjadi butir – butir pernyataan beserta taraf skalanya. Pernyataan berupa angket disusun menggunakan skala linkerts. Utuk memberikan skor dari setiap pernyataan yang dijawab oleh responden yaitu, untuk

pernyataan positif bila menjawab Sangat Setuju (SS) = 5, Setuju (S) = 4, Kurang Setuju (KS) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sedangkan pernyataan negatif diberikan skor sebaliknya.

Dari hasil uji instrumen kecerdasan emosi maka angket yang digunakan dalam penelitian berjumlah 25 pernyataan.

Tabel 1
Kisi – Kisi Akhir Instrumen Kecerdasan Emosi

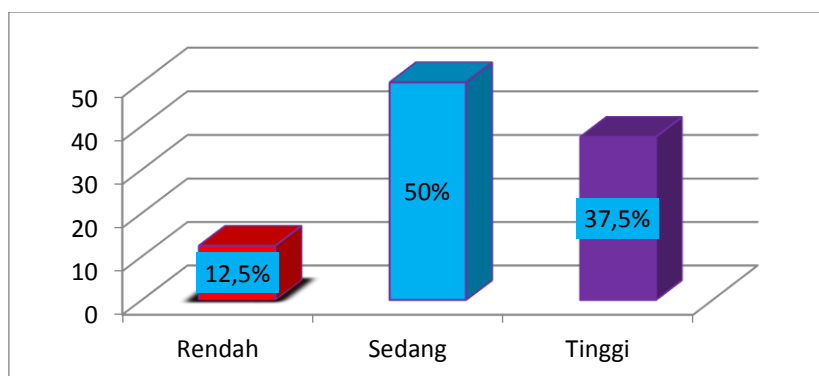
Variabel	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Kecerdasan Emosi	Mengenal Emosi Diri	6,18, 17,24	3,7,13,20, 4,8,21	11
	Memotivasi Diri Sendiri	2	10,16,23	4
	Mengenal Emosi Orang Lain	9,15,22	5,11,25	6
	Membina Hubungan	14	1,12,19	4
TOTAL				25

C. HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

1. Hasil Penelitian

Secara keseluruhan, hasil kuisioner motivasi pada data diperoleh rentang antara nilai rata-rata 63-67, Mean ideal (M) 65 dan standar deviasi (SD) 1,5. Dari hasil ini dapat dikategorikan, sebanyak 1 atlet atau 12,5% katagori rendah, sebanyak 4 atlet atau 50% katagori sedang, dan sebanyak 3 atlet atau 37,5% katagori tinggi.

Dari hasil kuisioner ini dapat dikategorikan bahwa tingkat Kecerdasan Emosi atlet pelatda petanque PON SUMUT, secara keseluruhan dikatakan memiliki tingkat motivasi sedang, sehingga perlu adanya pemberian stimulasi mental training pada atlet pelatda petanque pon SUMUT dimasa pandemic Covid 19, sehingga tingkat prestasi dapat stabil maupun meningkat.



Gambar 1. Diagram Kecerdasan Emosi

Berikut ini adalah gambaran persentase kategori tiap perangkat pembelajaran yang akan ditampilkan dalam bentuk data table dan grafik perbandingan yang akan ditampilkan pada data dibawah ini:

Tabel 2.
Persentase Kategori

	K. Rendah	K. Sedang	K. Tinggi
Mengenali Emosi Diri	12,5 %	65,5%	25 %
Motivasi Diri Sendiri	25 %	65,5%	12.5%
Mengenali Emosi Orang Lain	12,5%	50%	37,5%
Membina Hubungan	12,5%	65,5%	25%
KECERDASAN EMOSI	12,5%	50%	37.5%
	jlh K. Renda	jlh K. Sedang	jlhK. Tinggi
Mengenali Emosi Diri	1 Atlet	5 Atlet	2 Atlet
Motivasi Diri Sendiri	2 Atlet	5 Atlet	1 Atlet
Mengenali Emosi Orang Lain	1 Atlet	4 Atlet	3 Atlet
Membina Hubungan	1 Atlet	5 Atlet	2 Atlet
KECERDASAN EMOSI	1 Atlet	4 Atlet	3 Atlet

Dari data masing-masing indikator di atas dapat terlihat bahwa indikator Mengenali Emosi Diri sebanyak 1 atlet 12,5 % dengan katagori rendah, sebanyak 5 atlet 65% dengan kategori sedang dan 2 atlet 25% dengan kategori tinggi terlihat pada masing-masing butir soal angkat dengan skor nilai antara 84-93. Kemudian indicator Motvasi Diri Sendiri sebanyak 2 atlet 25 % dengan katagori rendah, sebanyak 4 atlet 65% dengan kategori sedang dan 1 atlet 12,5% dengan kategori tinggi terlihat pada masing-masing butir soal angkat dengan skor nilai antara 81-90.

Kemudian indicator Mengenali Emosi Orang Lain sebanyak 1 atlet 12,5 % dengan katagori rendah, sebanyak 4 atlet 50% dengan kategori sedang dan 3 atlet 37,5% dengan kategori tinggi terlihat pada masing-masing butir soal angkat dengan skor nilai antara 78-87. Kemudian indicator Membina Hubungan sebanyak 1 atlet 12,5 % dengan katagori rendah, sebanyak 5 atlet 65% dengan kategori sedang dan 2 atlet 25% dengan kategori tinggi terlihat pada masing-masing butir soal angkat dengan skor nilai antara 87-96. Keseluruhan tingkat Kecerdasan Emosi atlit dapat dilihat bahwa sebanyak 1 atlet 12,5 % dengan katagori rendah, sebanyak 4 atlet 50% dengan kategori sedang dan 23 atlet 37,5% dengan kategori tinggi terlihat pada masing-masing butir soal angkat dengan skor nilai antara 63-67.

2. Pembahasan Penelitian

Dari hasil keseluruhan, dapat dikategorikan tingkat kecerdasan atlet dalam kategori dominan sedang/baik, meskipun proses minimnya agenda pertandingan dari PB Pusat jarang diselenggarakan akibat dari pandemic covid 19. Peneliti menyimpulkan bahwa kategori ini sedang/baik, belumlah cukup untuk persiapan atlet menuju PON 2024, karena persiapan dan agenda KONI khususnya Pemerintah Sumatera Utara, memiliki target yang sangat tinggi. Terlihat pengprov FOPI Sumatera Utara sendiri, menyelenggarakan pertandingan dengan 13 nomor yang akan dipertandingkan dalam PON 2024.

Dari hasil wawancara dan survei langsung dilokasi latihan yang dilakukan kepada atlet dan pelatih, peneliti mencatat beberapa kendala yang ditemukan antara lain menentukan pasangan dan kapten dalam pertandingan. Hal ini tidak bisa dipungkiri, karena masing-masing atlet berasal dari daerah yang berbeda. Yang menjadi masalah berikutnya ialah, pemain belum dapat mengontrol emosi dalam ujicoba latihan yang dijalankan. Masalah ini terlihat ketika pemain mengambil keputusan yang tidak tepat pada problem yang muncul pada saat permainan. Hal ini juga menyebabkan miskomunikasi dengan tim saat pertandingan.

Dalam penelitian ini, penulis juga mengambil beberapa kutipan tentang penelitian yang relevan yaitu penelitian Andi Adria dkk, dengan judul “Hubungan prestasi belajar siswa kelas khusus olahraga dengan kecerdasan emosional”. Penelitian tersebut menjelaskan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan hasil belajar siswa khususnya kelas olahraga. Kemudian dalam penelitian Muhammad Fahri Dkk, dengan judul “hubungan kecerdasan intelektual (iq) dan kecerdasan emosional (eq) dengan keterampilan bermain dalam cabang olahraga bulutangkis”. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara tingkat kecerdasan IQ dengan kecerdasan emosi EQ, sehingga rata-rata atlet tidak dapat menampilkan performa terbaiknya ketika bertanding.

Penelitian berikutnya berhubungan langsung dengan olahraga petanque, yaitu penelitian ayuk tyias dkk dengan “Hubungan antara tingkat konsentrasi terhadap hasil ketepatan shooting olahraga petanque pada peserta unesa petanque club”, dimana tingkat konsentrasi yang tinggi sangat berpengaruh terhadap hasil *shooting*. Konsentrasi juga dipengaruhi oleh beberapa factor, diantaranya factor ekstrinsik yaitu dorongan dari luar,

seperti teman, pelatih, keluarga dan tensi dalam pertandingan. Sedangkan factor intrinsik salah satunya adalah kecedasan emosi, motivasi, kecerdasan IQ dll. Dari beberapa penjelasan diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa kecerdasan emosi sangat mempengaruhi peforma dan proses latihan atlit.

D. KESIMPULAN

Dari hasil dan penjelasan di atas, dapat dikategorikan bahwa tingkat Kecerdasan Emosi atlet pelatda petanque PON SUMUT, secara keseluruhan dikatakan memiliki tingkat motivasi sedang, sehingga perlu adanya pemberian stimulasi mental *training* pada atlet pelatda petanque pon SUMUT, sehingga tingkat prestasi dapat stabil maupun meningkat.

Cabang olahraga permainan petanque merupakan cabang olahraga yang menuntut teknik yang optimal untuk dapat memenangkan permainan, disamping mental dan kondisi fisik yang baik. Olahraga ini juga menuntut ketepatan seseorang dalam melempar. Berdasarkan tujuan mekanika utamanya petanque termasuk kedalam cabang olahraga yang mempunyai tujuan mencapai ketepatan maksimal. Artinya lemparan yang dilakukan harus tepat mengenai sasaran tertentu untuk mendapatkan poin kemenangannya. Lemparan yang dilakukan dalam permainan petanque secara umum mengaplikasikan gerak lemparan dan faktor keseimbangan untuk menjaga konsistensi jarak dan arah bola. Latihan melempar sangat penting dalam olahraga ini. Karena kemampuan melempar itulah yang akan menentukan poin pertandingan, menang kalahnya tim ditentukan oleh poin yang diperoleh.

Menuju PON 2024 Sumut Aceh, FOPI Sumut telah melakukan seleksi kepada seluruh atlet daerah dan atlit pengprove sendiri untuk melakukan pembinaan jangka Panjang persiapan PON 2024. Untuk saat ini, pengprove FOPI telah memiliki 10 atlet yang terjaring pada seleksi yang dilakukan oleh FOPI Sumut. Sepuluh atlit tersebut berasal dari berbagai daerah dengan berbagai karakteristik yang berbeda.

Daftar Pustaka

- Agustina A. Tyas. 2017. *Hubungan Antaratingkat Konsentrasi Terhadap Hasil Ketepatan Shooting Olahraga Petanque Pada Peserta Unesa Petanque Club*. Surabaya: UNESA
- Pelana, hanif, dan saleh. 2020 *Teknik Dasar Bermain Olahraga Petanque*. PT Raja Grafindo persada:depok.

-
- Pengurus Besar Federasi Olahraga Petanque Indonesia. 2017. Permainan Serta Peraturan Olahraga Petanque
- Pengurus Besar Federasi Olahraga Petanque Indonesia. 2012. Aturan Petanque
- Pengurus Besar Federasi Olahraga Petanque Indonesia. 2012. Teknik Dasar Bermain Petanque.
- Basir Annas. 2011. Olahraga Petanque, Cara Bermain dan Sejarahnya. Diakses Dari <http://sibukforever.blogspot.com/2011/11/olahraga-petanque-cara-bermain>
- Ary Ginanjar. 2001. Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting dari IQ. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2000. Working With Emotional Intelligence. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Rufahniyyah. 2001. Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional (terjemahan). Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman. 2010. Tes IQ dan EQ Plus. Jogjakarta: Buku Biru 2010. Edisi Lengkap Tes IQ, EQ dan ESQ. Jogjakarta: Flash Book

