

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Polo air adalah salah satu olahraga yang tentunya diadakan di air atau kolam renang yang dilakukan secara beregu atau tim. Polo air merupakan salah satu cabang dari olahraga renang. Olahraga polo air sendiri dapat dikatakan merupakan kombinasi antara olahraga renang, gulat, sepak bola dan juga bola basket. Oleh karena itulah terkadang teknik yang ada dalam olahraga tersebut terkadang dapat di jumpai pada olahraga polo air, olahraga ini sangat populer di Benua Eropa, Amerika dan Asia. Induk organisasi olahraga ini adalah WA (*World Aquatic*), sedangkan di Indonesia induk organisasi ini bernama AI (Akuatik Indonesia. Olahraga ini sangat universal. Selain digemari orang laki-laki olahraga ini juga digemari para perempuan tidak hanya orangtua, muda bahkan anak-anak.

Di Indonesia polo air semakin semarak dengan diselenggarakannya kompetisi Liga polo Air Indonesia pertama kali yang diadakan pada tahun 2005 dinilai sangat berhasil karena membawa angin segar untuk cabang olahraga ini, dibawah induk organisasi tertinggi di Indonesia yaitu AI (Akuatik Indonesia). Di Indonesia memang kurang begitu banyak mengadakan kompetisi atau pertandingan polo air, baik dari kompetisi amatir sampai kompetisi profesional. Di dalam sebuah kompetisi ini diperlukan suatu kematangan dalam bermain polo air.

Polo air merupakan olahraga beregu atau tim, masing-masing regu/tim terdiri dari tujuh pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Pada dasarnya polo air menyerupai olahraga sepak bola, namun tentu saja olahraga ini dimainkan dalam air, sebuah regu memenangkan pertandingan dengan jalan mencetak gol lebih banyak dari pihak lawan. Polo air berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orangtua. Hal ini terbukti dengan munculnya klub polo air dan juga sudah menjadi suatu kegiatan kemahasiswaan di setiap universitas, ditahun 2010 olahraga polo air berkembang dengan baik dengan terbukti sudah ada 11

provinsi yang mempunyai tim dibawah langsung induk olahraga renang yaitu AI (Akuatik Indonesia).

Dalam permainan polo air, memungkinkan adanya *body contact* yang sangat mudah untuk atlet bersinggungan secara langsung sehingga akan mudah memancing munculnya perasaan emosi. Gejolak emosi seperti: rasa takut, cemas, marah, kekhawatiran, hampir selalu dirasakan oleh kebanyakan pemain. Pada pemain yang sudah berpengalaman di tingkat internasional pun perasaan cemas sebelum bertanding masih sering dirasakan. Gejolak emosi atlet yang muncul dengan kadar yang tinggi sangat mengganggu dan merugikan penampilan atlet untuk mencapai prestasi terbaiknya.

Polo air adalah olahraga air yang membutuhkan keahlian teknis dan kebugaran fisik yang tinggi. Namun, selain itu, aspek kecerdasan emosi juga penting dalam membantu atlet mencapai performa terbaik mereka di atas air. Kecerdasan emosi mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi mereka dengan efektif.

Menurut Rani Setyaningrum (2016), menyatakan bahwa pengaruh emosi dalam olahraga dapat mengubah perilaku seseorang, mengganggu koordinasi gerak yang halus dan gerak yang kompleks, serta menghambat kinerja di lapangan. Meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara negatif baik secara fisik maupun psikis, sehingga kemampuan olahraganya menurut (Hamidah et al., 2016). Atlet tersebut dapat menjadi tegang dan diikuti dengan denyut nadi meningkat, berkeringat dingin, cemas akan hasil pertandingan, dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi. Keadaan ini sering kali menyebabkan para atlet tidak dapat menampilkan permainan yang terbaik.

Latihan aspek psikis perlu ditingkatkan dengan tanpa mengurangi aspek yang lain, karena hubungan antara aspek tersebut saling berkaitan antara satu dengan lainnya. Kelemahan pada faktor mental akan memberi dampak yang besar terhadap kematangan fisik, teknik, dan taktik yang sudah dicapai. Untuk itu pelatih diharapkan lebih memperhatikan keadaan mental atlet dan lebih aktif dalam

memberikan program latihan yang mengarah pada faktor psikologis, dengan demikian kondisi yang sudah ada tidak menurun melainkan terus meningkat.

Latar belakang peneliti mengangkat masalah tingkat kecerdasan emosi atlet polo air putri Sumatera Selatan menuju pekan olahraga nasional 2024. Kenyataan di lapangan para atlet ketika bertanding sering kali tidak dapat mengontrol emosi dengan baik, sehingga mengganggu permainan secara individu maupun tim, salah satu contohnya para atlet kurang fokus dan selalu terbawa emosi. Emosi yang terjadi di sini bukanlah berdampak positif bagi atlet itu sendiri maupun tim, melainkan berdampak negatif. Maka dari itu, permasalahan ini dapat menjadikan referensi bagi atlet maupun pelatih untuk mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi para atlet agar nantinya dapat diperbaiki dan dicari pemecahannya.

Stephen R. Covey 2013, menyatakan bahwa intelegensi (IQ) adalah kecerdasan manusia berhubungan dengan mentalis, yaitu kecerdasan untuk menganalisis, berfikir, menentukan tujuan, berfikir abstrak, bahasa, visualisasi, dan memahami sesuatu letaknya di otak bagian korteks manusia. Kemampuan ini pada awalnya dipandang sebagai penentu keberhasilan seseorang. Namun pada perkembangan terakhir, kemampuan IQ tidak lagi digunakan sebagai acuan paling mendasar dalam menentukan keberhasilan manusia. Karena membuat sempit paradigma tentang keberhasilan, dan juga pemusatan pada konsepsi sebagai salahnya penentu keberhasilan individu dirasa kurang memuaskan karena banyak kegagalan yang dialami oleh individu yang memiliki IQ tinggi. Ketika mengalami stress, pemain lain diharapkan tidak hanya mampu menjadi motivator bagi pemain yang sedang mengalami stress tetapi juga kemampuan menguasai dan mengelola diri sendiri serta kemampuan dalam membina hubungan dengan orang lain jadi akan membentuk kekompakan dan keuletan dalam tim. Kemampuan tersebut oleh Daniel Goleman dikenal dengan emotional intelligence atau kecerdasan emosi.

Daniel Goleman (2021) menyatakan kecerdasan emosional merupakan kemampuan seperti 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 berpikir; berempati dan berdoa serta kemampuan untuk

membedakan kapan yang mempunyai itelegensi tinggi mengalami kegagalan dan orang yang mempunyai iteegensi rata-rata menjadi sangat sukses (*Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa SMP Di Sekolah Maitreyawira Se-Sumatra, n.d.*).

Ada kesatuan yang tidak dapat dipisahkan antara aspek psikis dan aspek organis-fisiologis seseorang terhadap kemampuan bertanding atlet yang meliputi fisik, teknik dan taktik. Kemampuan bertanding atlet dapat optimal bila atlet yang bertanding dapat mengelola aspek rasa dengan baik, kecerdasan emosional (EQ) ikut berperan membantu IQ manakala perlu memecahkan masalah-masalah penting atau membuat keputusan penting, dengan cara yang istimewa dan dalam waktu singkat dalam beberapa menit, atau beberapa saat, selain itu emosi berfungsi membangkitkan intuisi dan rasa ingin tahu, yang akan membantu mengantisipasi dan merencanakan tindakan-tindakan kita.

Dengan demikian atlet polo air memerlukan kecerdasan emosi (EQ) yang baik agar dapat mencapai prestasi tinggi. Penelitian ini berfokus pada pentingnya kecerdasan emosi (EQ) dalam olahraga polo air, khususnya pada atlet putri Sumatera Selatan yang akan berpartisipasi dalam Pekan Olahraga Nasional (PON) 2024. Berikut adalah latar belakang yang relevan: Atlet polo air Sumatera Selatan kurang fokus dan sering terbawa emosi, yang berdampak negatif pada prestasi mereka. Kecerdasan emosi sangat penting dalam olahraga polo air, karena atlet harus dapat mengelola emosi baik di lapangan maupun di luar lapangan untuk mencapai prestasi tinggi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi atlet putra Polo Air Sumatera Selatan berada dalam kategori "kurang" dan "sedang". Kecerdasan emosi juga berhubungan dengan prestasi olahraga, dan atlet yang memiliki EQ yang baik lebih mungkin mencapai prestasi yang optimal. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi atlet polo air putri Sumatera Selatan menuju PON 2024, serta memberikan rekomendasi bagi pelatih dan atlet untuk meningkatkan EQ dan prestasi mereka.

Pemain haruslah pandai menjaga emosi baik di lapangan maupun di luar lapangan, karena ini mempengaruhi permainan. Penelitian tentang tingkat

kecerdasan emosi (EQ) atlet polo air putri Sumatera Selatan menuju pekan olahraga nasional 2024 belum pernah dilakukan. Maka, peneliti bertujuan melakukan penelitian tentang tingkat kecerdasan emosi (EQ) atlet polo air putri Sumatera Selatan menuju pekan olahraga nasional 2024, yang meliputi: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

B. Identifikasi Masalah

Bertitik tolak dari permasalahan yang diungkapkan pada bagian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum adanya penelitian terhadap tingkat kecerdasan emosi atlet Polo Air putri Sumatera Selatan menuju pekan olahraga nasional 2024
2. Belum diketahuinya macam-macam emosi yang sering muncul pada atlet Polo Air putri Sumatera Selatan ketika menghadapi suatu pertandingan.
3. Belum diketahuinya tingkat kecerdasan emosi atlet Polo Air putri Sumatera Selatan menuju pekan olahraga nasional 2024.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa besar tingkat kecerdasan emosi atlet polo air putri Sumatera Selatan menuju pekan olahraga nasional 2024?”

D. Tujuan Penelitian

Sesuai rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecerdasan emosi atlet polo air putri Sumatera Selatan saat mempersiapkan diri menuju Pekan Olahraga Nasional 2024.

E. Manfaat Penelitian

Dari kegiatan penelitian yang dilakukan ini akan memberikan manfaat pada pengembangan ilmu kepelatihan. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah yang berkaitan dengan kecerdasan emosi (EQ) atlet atlet Polo Air Putri Sumatera Selatan menuju pekan olahraga nasional 2024. Selain itu, juga sebagai masukan yang berarti bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi olahraga dengan cara memberi tambahan data empiris yang sudah teruji secara ilmiah dan merangsang kepada penelitian selanjutnya untuk mengadakan penelitian pada bidang psikologi olahraga.

2. Secara Praktis

Memberikan masukan kepada pelatih maupun atlet cabang olahraga polo air tentang kecerdasan emosi dan hubungannya dalam olahraga

