

Korelasi Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, dan Kondisi Fisik dengan Performa Atlet Squash

Correlation of Intellectual Intelligence, Emotional Intelligence and Physical Conditions with Performance of Squash Athletes

Minarni, Yudy Hendrayana & Nuryadi

Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

Minarni.jawa@yahoo.com, yudy_h2000@upi.edu & nuryadi_fpok@upi.edu

Naskah diterima tanggal 02/06/2019, direvisi akhir tanggal 24/06/2019, disetujui tanggal 31/07/2019

Abstrak

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tentang kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kondisi fisik dengan performa atlet squash Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode deksriptif teknik korelasional. Penelitian ini dilakukan oleh atlet squash jawa barat sebanyak 12 subjek penelitian sampel menggunakan teknik purposive sampling. Instrument penelitian menggunakan tes Advanced Progresif Matrics (APM) dengan nilai reliabilitas 0,81, *The Emotional Intelligence Quostionaire*, dan *101 performance evaluation test*. Analisis data diolah menggunakan SPSS software versi 20. Hasil penelitian membuktikan bahwa: 1) Terdapat hubungan kecerdasan intelektual dengan performa atlet squash Jawa Barat, 2) Terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan performa squash Jawa Barat, 3) Terdapat hubungan kondisi fisik dengan performa atlet squash Jawa Barat, 4) Terdapat hubungan yang bersamaan antara kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kondisi fisik dengan performa atlet squash Jawa Barat.

Kata kunci: Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, Kondisi Fisik, Performa Atlet Squash.

Abstract

The aims of this study was to find out the relationship between intellectual intelligent, emotional intelligent and the physical condition with squash athlete performance. This study used the quantitative data which is using descriptive correlation technique method. The sample of study was squash athletes which consist of 12 people using purposive sampling technique. To collect the data, the researcher used the Advanced Progressive Matrices (APM) test. Then, to analyze the data the researcher used SPSS software version 20. The result of this study are : 1) There is a relationship between intellectual intelligent of the squash athlete performance in Jawa Barat, 2) There is a relationship between emotional intelligent with squash athlete performance in Jawa Barat, 3) There is relationship between physical condition with squash athlete performance in Jawa Barat, 4) There is a concurrent relationship between intellectual intelligence, emotional intelligence and physical condition with squash athletes performance in Jawa Barat.

Keywords: *Intellectual intelligence, Emotional intelligence, Physical condition with squash athletes performance*

I. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu alat kegiatan untuk mencapai sehat jasmani dan rohani. Berdasarkan sifatnya olahraga terbagi

menjadi beberapa tujuan yaitu, olahraga rekreasi, kesehatan, dan pendidikan yang merupakan suatu alat untuk mencapai tujuan yang diinginkan, yaitu sehat menurut *World*

Healthy Organization (WHO) yang meliputi aspek jasmani, rohani, dan sosial. Sedangkan pada olahraga prestasi, olahraga tersebut bertujuan untuk mendapatkan suatu prestasi dengan performa yang maksimal pada setiap cabang olahraga khususnya dalam olahraga squash. Salah satu kunci keberhasilan dalam olahraga raket, seperti badminton, dan squash durasi yang diperlukan pada saat bertanding lebih dari 5 jam (Millet & Girard, 2009).

Maka sangat jelas, olahraga squash merupakan olahraga kompetitif yang memiliki beberapa faktor yang berlandaskan pada aspek fisik, teknik, taktik, mental dan strategi. Olahraga squash yang dimainkan oleh dua orang pemain dalam satu ruangan tanpa adanya pembatas dan net. Ruangan tersebut berisikan dinding samping kanan, samping kiri, dinding depan, dan kata belakang namun sebenarnya berisikan kaca yang mengelilingi pemain. Kedua pemain saling bergantian memukul bola kearah dinding depan, namun dapat memantulkan bola ke dinding samping atau belakang. Pemain yang mendapatkan point adalah pemain yang secara sah tidak dapat mengembalikan bola dari lawan. Untuk mendapatkan hasil dalam suatu pertandingan atau kompetisi, setiap pemain harus mempercepat, memperlambat, mengubah arah, bergerak cepat, menjaga keseimbangan, dan berulang kali menghasilkan produksi stroke yang maksimal (Nuryadi, 2006).

Faktor psikologis sangat penting untuk memahami proses kognitif pada saat berlatih dan bertanding, kemampuan kognitif memainkan peranan penting dalam menentukan keberhasilan penampilan bertanding pada setiap individu dan tim (Chen, Chen, & Chang, 2012), maka sangat jelas, kecerdasan intelektual sangat menunjang performa atlet saat bertanding (Juravich & Babiak, 2015), maka kecerdasan intelektual salah satu penunjang keberhasilan dalam aspek mental (Goleman, 2010). Selanjutnya pengendalian emosi setiap atlet pun sangat menunjang performa atlet karena kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mendefinisikan, mengelola emosi, dan suasana hati dalam diri sendiri maupun

lain (Yeung, R., 2009). Adapun kecerdasan emosional menentukan potensi kita untuk belajar keterampilan praktis yang didasarkan pada lima elemen yaitu, kesadaran diri, motivasi, *self-regulation*, empati, dan kecakapan dalam komunikasi. Kecerdasan emosional dapat berfungsi sebagai moderator hubungan antara kecerdasan intelektual dan prestasi dan untuk menunjang kemampuan kecerdasan tersebut kondisi fisik sangat penting untuk mencapai sebuah performa yang baik.

Pada olahraga kompetitif, aspek fisik sangat mempengaruhi atlet pada saat bertanding. Hal itu dapat dilihat pada atlet jika mengalami setiap cabang olahraga membutuhkan kondisi fisik yang prima, sejumlah penelitian telah menunjukkan hubungan positif antara prestasi akademik dengan aktivitas fisik. Kondisi fisik terdiri dari aktivitas kebugaran jasmani dianggap sebagai aspek kondisi fisik yang berbeda tetapi saling melengkapi, meskipun aktivitas fisik adalah penentu penting dalam mencapai kinerja yang baik (Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. 2007). Dalam penjelasan diatas, bahwa untuk menampilkan performa yang baik, setiap atlet harus mampu mempersiapkan aspek psikologis dan kondisi fisik.

II. METODE PENELITIAN

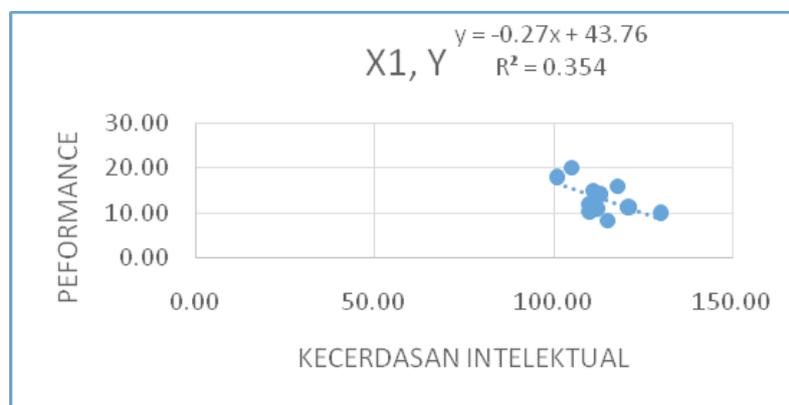
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *deskriptif*. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisis *correlation research*. Seperti yang dikemukakan oleh (Fraenkel, 2012, p. 331) "*Correlational research is also sometimes referred to as a form of descriptive research because it describes an existing relationship between variables*". Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 6 putra dan 6 putri squash Jawa Barat. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tiga item tes diantaranya, tes kecerdasan Intelektual dengan menggunakan tes APM (*Advanced Progressive Matrices*) yang disusun oleh (J.C Raven, 1943), pengambilan tes ini dilakukan oleh penguji yang sudah ahli dalam bidangnya, dalam

tes ini sampel-sampel diberikan soal dengan batas waktu tertentu, yang terdiri dari soal 48 soal yang terdiri dari 2 buah set soal, selanjutnya tes kecerdasan emosional menggunakan jenis tes angket tertutup. Adapun indikator item tes menurut (Goleman, 2000), terbagi kedalam 5 bagian diantaranya, *self-awareness, social skills, motivation, empathy dan self management*. Selanjutnya Tes Kondisi fisik di kecabangan pada cabang olahraga squash 101 *performance evaluation test* (Mackenzie, 2005), dan selanjutnya, pengukuran *game performance assessment* (GPAI) yang diadaptasi dari (Oslin & Mitchell, 2009). Analisis data pada penelitian

ini menggunakan perhitungan korelasi dan regresi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji hipotesis dalam pengolahan data dibantu dengan aplikasi SPSS v.20, berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hubungan kecerdasan intelektual, dengan performa atlet squash dengan nilai sig $0,041 < \alpha 0,005$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sedangkan pada person correlation antara Kecerdasan Intelektual dengan Performa atlet squash seperti pada gambar 1 menghasilkan angka 0,595 adalah sedang.

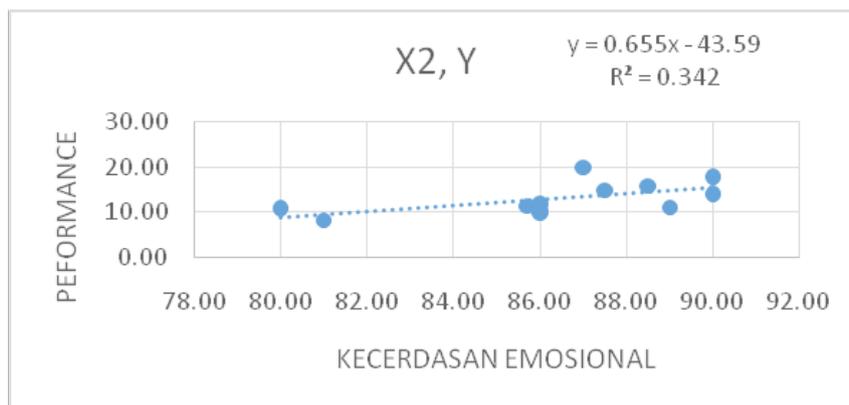


Gambar 1. Uji korelasi kecerdasan intelektual dengan performa atlet

Menurut (Castro-sánchez, Chacón-cuberos, & Zurita-ortega, 2018), kecerdasan intelektual sangat menunjang performa atlet pada saat bertanding. Keterkaitan antara aspek psikologis dan performa atlet dalam olahraga sangat mempengaruhi minat atlet yang bertujuan untuk meningkatkan hasil performa yang maksimal. Dalam hal ini, faktor psikologis sangat penting untuk memahami proses kognitif pada saat berlantih dan bertanding. Selanjutnya, menurut Juravich & Babiak, (2015) kecerdasan intelektual sangat menunjang performa atlet saat bertanding. Terlebih lagi pemahaman pertandingan, peraturan pertandingan dan strategi lawan ketika bertanding merupakan faktor pendukung keberhasilan atlet ketika bertanding. Hal ini sependapat menurut Goleman (2001) bahwa “Setinggi-tingginya Kecerdasan Intelektual seseorang hanya menyumbang kira-kira sekitar 20%

bagi faktor-faktor yang menentukan sukses dalam hidup, dan sisanya yang 80% diisi oleh kekuatan-kekuatan yang lain”. Inteligensi atau IQ menentukan bagaimana seorang individu dapat mengubah dan mengkode stimulus dari lingkungan, mampu fokus pada satu stimulus dan mengabaikannya yang lainnya dan mampu menggunakan stimulus tersebut untuk membentuk representasi internal dari dunia eksternal.

Selanjutnya pada perhitungan kecerdasan emosional dengan performa atlet squash dengan nilai sig (2-tailed) menunjukkan hasil $0,045 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan performa atlet squash, sedangkan pada data *pearson correlation* antara kecerdasan emosional dengan performa atlet squash menghasilkan angka 0,586 adalah sedang (gambar 2).

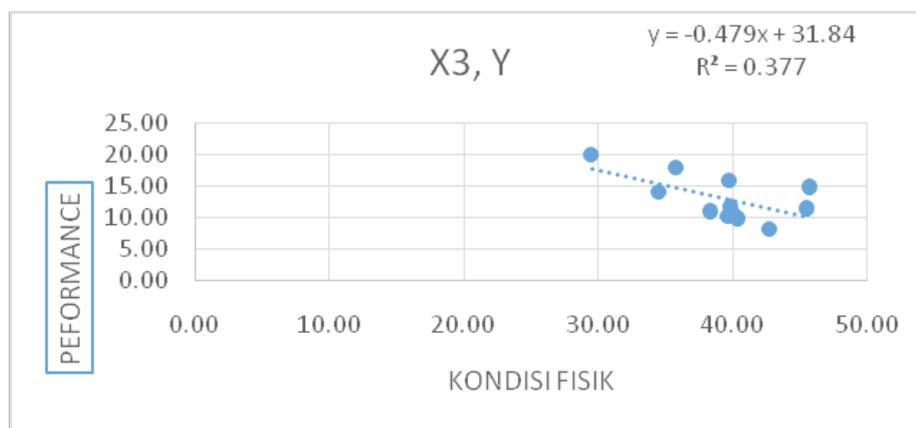


Gambar 2. Uji korelasi kecerdasan emosional dengan performa atlet squash

Hal ini sependapat menurut (Meyer & Fletcher, 2014.). Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mendefinisikan, mengelola emosi dan suasana hati, baik dalam diri sendiri maupun orang lain, yang bisa dipelajari, dilatih dan ditingkatkan konsisten dengan praktik psikologi olahraga, dimana upaya difokuskan untuk membantu atlet dan tim meningkatkan keterampilan mental dan fisik untuk mencapai performa terbaik. Hal ini sangatlah penting untuk menunjang performa karena, setiap atlet harus mengendalikan emosional saat bertanding dan tingkat kecerdasan emosional dapat mempengaruhi performa atlet selama dan setelah bertanding. Selanjutnya Menurut (Laborde, Dosseville, & Allen, 2016) kecerdasan emosional selalu di konseptualisasikan sebagai suatu sifat. Dalam konteks kinerja olahraga, kami menemukan bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan emosi, respon stres fisiologis, penggunaan keterampilan psikologis yang sukses, dan kinerja atletik

yang lebih sukses. Dalam konteks aktivitas fisik, kami menemukan bahwa sifat yang terkait kecerdasan emosional untuk tingkat aktivitas fisik dan sikap positif terhadap aktivitas fisik. Pencapaian performa maksimal tidak hanya ditunjang oleh aspek psikologi dan teknik saja, namun melainkan aspek mental menjadi bagian integral yang tidak dapat dipisahkan dalam pencapaian performa. Performa maksimal dapat dicapai oleh seorang atlet jika benar-benar telah siap untuk berkompetisi dengan segala kemampuan yang dimiliki atlet kesiapan itu merupakan siap secara psikologi (mental) maupun secara fisik.

Selanjutnya pada perhitungan kondisi fisik dengan performa atlet squash dengan nilai sig (2-tailed) menunjukkan hasil 0,034 < 0,05 yang berarti terdapat hubungan kondisi fisik dengan performa atlet squash, sedangkan pada data *pearson correlation* antara kondisi fisik dengan performa atlet squash menghasilkan angka 0,614 adalah kuat (gambar 3).



Gambar 3. uji korelasi kondisi fisik dengan performa atlet squash

Hal ini mengidentifikasi bahwa performa kemampuan fisik yang ada pada atlet squash seperti daya tahan, kecepatan, dan kelincahan yang baik maka akan berdampak baik pula terhadap atlet, sebaliknya jika komponen daya tahan, kecepatan, dan kelincahan yang buruk maka akan berdampak buruk pula terhadap segala penampilan dilapang. Sehubungan dengan hal tersebut (Robbins, 2007), menegaskan bahwa keadaan kemampuan fisik yang baik akan membuat suatu pekerjaan yang dilakukan jauh lebih mudah. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa dengan memiliki kemampuan fisik yang baik seseorang akan mudah untuk melakukan suatu pekerjaan dengan cepat dan mudah lelah dan memiliki tingkat konsentrasi yang tinggi ketika bertanding. Sama hal menurut Montpetit & Wilkinson, (2009) bahwa permainan squash membutuhkan aspek fisik yang baik, jelas bahwa bermain squash pun aktif bergerak 50-70% aktif dalam bermain. Jika atlet memiliki kondisi fisik yang baik, maka secara realitas penampilan atlet ketika bertanding akan baik, karena physical fitness merupakan aspek penunjang untuk menampilkan performa maksimal.

Berdasarkan hasil uji regresi nilai Sig 0,000 < 0,05 maka dapat dikatakan terdapat hubungan

kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kondisi fisik secara bersamaan dengan performa atlet squash, nilai korelasi antara (X_1 , X_2 , dan X_3) secara bersamaan dengan (Y) yaitu R sebesar 0,818 dengan koefisien determinasi R square = 0,670. Hal ini menunjukkan indeks determinasi, yaitu persentase yang menyumbangkan kontribusi dari variable dengan variable (Y), R square mengandung pengertian bahwa Kebugaran (*Physical Fitness*), Kecerdasan Emosional, dan Kecerdasan Intelektual (X_1 , X_2 , dan X_3) berkontribusi sebesar 67,0 % dengan Performa Atlet Squash, sedangkan sisanya sebesar 33,0 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan perhitungan data yang telah dilakukan dapat ditarik simpulan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan intelektual, dengan performa atlet squash dengan tingkat korelasi yang sedang, selanjutnya kecerdasan emosional dengan performa atlet squash dengan tingkat korelasi sedang, dan kondisi fisik dengan performa atlet squash dengan korelasi kuat, dan secara bersamaan (kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kondisi fisik memiliki hubungan dengan tingkat korelasi yang tinggi dengan performa atlet squash.

DAFTAR PUSTAKA

- Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. (2007). Physical activity and health.
- Castro-sánchez, M., Chacón-cuberos, R., & Zurita-ortega, F. (2018). Emotional intelligence and motivation in athletes of different modalities. *13*(March), 15–16. <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.13.Proc2.01>.
- Fraenkel, J. R. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education eighth Edition*. Mc. Graw Gill Pub. Co
- Germaine D. Washington, L. S. (2014). Emotional Intelligence and Job Stress. *Psicology*, 226-248.
- Goleman, D. (2001). The Emotional Intelligent Workplace : How to Select For, Measure, and Improve Emotional Intelligence in Individuals, Groups and Organizations. An-Based Theory Of Performance, 250-301.
- Goleman, D. (2000). *Kecerdasan Emosi: Mengapa Emotional Intelligence lebih tinggi dari pada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, R. P. (2010). Emotional Intelligence: What Does the Research Really Indicate. *Education Psychologist*, 239-245.
- Juravich, M., & Babiak, K. (2015). Examining Positive Affect and Job Performance in Sport Organizations: A Conceptual Model Using an Emotional Intelligence Lens Organizations: A Conceptual Model Using an Emotional. *3200*. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1048382>.
- Millet, P., & Girard, O. (2009). Neuromuscular Fatigue in Racquet Sports. *20*, 161–173. <https://doi.org/10.1016/j.pmr.2008.10.008>.
- Meyer, B. B., & Fletcher, T. B. (2014). A Theoretical Overview and Implications for Research and Professional Practice in Sport Psychology. *Journal of Applied Sport Psychology Emotional Intelligence*, 37–41. <https://doi.org/10.1080/10413200601102904>.
- Oslin, J. L. (2009). The Game Performance Assessment Instrument (GPAI) Development and Preliminary Validation. *Teaching in Physical Education. Human Kinetics*.
- Yeung R 2009. *Emotional Intelligence: The New Rules*. London: Marshall Cavendish.