

## KETERKAITAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA SISWA *THIRTEENS FOOTBALL ACADEMY*

Zaqy Janwar Alfiansyah<sup>1</sup>, Adang Suherman<sup>2</sup>, Mohammad Zaky<sup>3</sup>  
Universitas Pendidikan Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
zaqyjanwaralfiansyah119@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecerdasan emosional, tingkat keterampilan dasar sepak bola, serta hubungan antara kecerdasan emosional dan keterampilan dasar pada siswa usia 13–17 tahun di *Thirteens Football Academy*. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 40 siswa yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Kecerdasan emosional diukur menggunakan kuesioner skala Likert yang meliputi aspek kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Keterampilan teknis dasar diukur melalui tes menggiring bola, mengoper bola, dan menendang bola yang bersifat objektif dan terstandarisasi. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, dan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional siswa berada pada kategori sedang hingga baik. Keterampilan teknis dasar menunjukkan variasi, di mana keterampilan menggiring bola dan mengoper bola berada pada kategori baik hingga sangat baik, sedangkan keterampilan menendang bola relatif masih rendah pada sebagian siswa. Simpulan, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan keterampilan dasar sepak bola ( $r = 0,062$ ;  $p > 0,05$ ), sehingga kecerdasan emosional tidak berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan teknis dasar siswa.

**Kata Kunci:** Atlet Muda, Kecerdasan Emosional, Sepak Bola, Teknik Dasar Sepak Bola

### ABSTRACT

*This study aimed to analyze the level of emotional intelligence, the level of basic soccer skills, and the relationship between emotional intelligence and basic skills among students aged 13–17 years at Thirteens Football Academy. The method used was a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 40 students selected using a total sampling technique. Emotional intelligence was measured using a Likert-scale questionnaire covering self-awareness, self-regulation, motivation, empathy, and social skills. Basic technical skills were assessed through objective and standardized tests of dribbling, passing, and shooting. Data analysis was conducted using descriptive statistics, normality tests, and Spearman correlation analysis. The results showed that students' emotional intelligence levels were generally in the moderate to good category. Basic technical skills varied, with dribbling and passing categorized as good to very good, while shooting skills were relatively low among some students. In conclusion, there is no significant relationship between emotional intelligence and basic soccer skills ( $r =$*

0.062;  $p > 0.05$ ), indicating that emotional intelligence does not significantly contribute to students' basic technical abilities.

**Keywords:** Basic Soccer Skills, Emotional Intelligence, Soccer, Young Athletes

## PENDAHULUAN

Sepak bola modern menuntut atlet tidak hanya memiliki kondisi fisik dan penguasaan teknik dasar yang baik, tetapi juga kesiapan mental dan emosional yang optimal. Salah satu aspek psikologis yang berperan penting dalam menunjang performa atlet adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif, baik terhadap diri sendiri maupun dalam interaksi sosial (Mayer et al., 2024). Dalam konteks olahraga kompetitif, kecerdasan emosional berfungsi sebagai fondasi dalam menjaga konsentrasi, mengendalikan emosi, serta mengambil keputusan secara tepat di bawah tekanan pertandingan, sehingga berkontribusi terhadap kestabilan performa atlet selama latihan maupun kompetisi.

Fenomena yang banyak ditemui dalam pembinaan sepak bola usia remaja adalah adanya atlet yang secara teknis memiliki potensi yang baik, namun belum mampu menampilkan performa secara konsisten saat latihan maupun pertandingan. Hal ini sering kali disebabkan oleh ketidakmampuan atlet dalam mengelola emosi, seperti rasa cemas, frustrasi, kurang percaya diri, atau tekanan kompetisi. Pada usia 13–17 tahun, atlet berada pada masa transisi perkembangan psikologis yang ditandai dengan ketidakstabilan emosi, sehingga kondisi emosional dapat dengan mudah memengaruhi fokus, koordinasi gerak, dan kualitas pelaksanaan teknik dasar (Permata, 2024). Kondisi tersebut menjadi landasan penting dilakukannya penelitian untuk memahami sejauh mana kecerdasan emosional berperan dalam mendukung penguasaan teknik dasar sepak bola pada atlet usia remaja (Prayoga, 2025).

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara kecerdasan emosional dan performa olahraga, termasuk pada cabang sepak bola. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berhubungan positif dengan konsistensi performa, pengambilan keputusan, dan kemampuan mengendalikan tekanan pertandingan (Hamzah et al., 2026). Atlet dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung mampu mempertahankan fokus, mengontrol impuls, serta merespons situasi kompetitif secara adaptif. Namun demikian, hasil penelitian lain menunjukkan temuan yang beragam, di mana kemampuan teknik dasar lebih dominan dipengaruhi oleh faktor latihan, pengalaman bermain, dan kondisi fisik dibandingkan faktor psikologis. Perbedaan hasil penelitian ini menunjukkan masih adanya celah kajian yang perlu diteliti lebih lanjut, khususnya pada konteks akademi sepak bola usia remaja (Yusuf, 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan utama penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat kecerdasan emosional, tingkat kemampuan teknik dasar sepak bola, serta hubungan antara kecerdasan emosional dan kemampuan teknik dasar pada siswa usia 13–17 tahun di *Thirteens Football Academy*. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk mengetahui gambaran kondisi masing-masing variabel, tetapi juga untuk menguji secara empiris apakah kecerdasan emosional memiliki hubungan dan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan teknik dasar sepak bola pada atlet muda.

Novelty atau kebaruan dalam penelitian ini terletak pada konteks subjek dan hasil temuan penelitian. Penelitian ini secara spesifik dilakukan pada atlet sepak bola usia 13–17 tahun di lingkungan akademi sepak bola, yang masih relatif terbatas dalam kajian ilmiah di Indonesia. Selain itu, penelitian ini menunjukkan temuan bahwa kecerdasan emosional tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan teknik dasar sepak bola, yang berbeda dengan sebagian hasil penelitian sebelumnya. Temuan ini memberikan sudut pandang baru bahwa penguasaan teknik dasar pada atlet remaja lebih dipengaruhi oleh faktor teknis dan fisik, sehingga memperkaya diskursus ilmiah mengenai peran aspek psikologis dalam pembinaan sepak bola usia muda.

Adapun manfaat dari dilakukannya penelitian ini adalah memberikan kontribusi teoretis dan praktis. Secara teoretis, penelitian ini menambah khazanah keilmuan di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya kajian psikologi olahraga dan pembinaan sepak bola usia remaja. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dan pengelola akademi sepak bola dalam merancang program latihan yang lebih tepat sasaran, dengan menempatkan pengembangan teknik dasar sebagai prioritas utama tanpa mengabaikan pembinaan aspek emosional sebagai faktor pendukung. Dengan demikian, penelitian ini penting untuk mendukung pembinaan atlet sepak bola secara holistik, berkelanjutan, dan berbasis bukti ilmiah.

Meskipun penting, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional pada atlet muda masih berada pada tingkat sedang, yang dapat memengaruhi penguasaan keterampilan teknis dan konsistensi performa dalam olahraga (Laborde et al., 2016). Pada fase remaja, khususnya usia 13–17 tahun, individu berada dalam periode perkembangan yang ditandai oleh ketidakstabilan emosi akibat perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan (Steinberg, 2014). Kondisi ini menjadikan kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengontrol emosi sebagai faktor penting dalam mendukung performa atlet di lapangan.

Usia 13–17 tahun juga merupakan fase krusial dalam pembinaan atlet karena terjadi perkembangan motorik, kognitif, dan sosial yang sangat pesat, sehingga membutuhkan dukungan psikologis dan emosional yang memadai untuk mengoptimalkan proses latihan maupun kompetisi (Malina et al., 2015; Côté et al., 2007). Dalam konteks sepak bola, kemampuan teknik dasar seperti passing, dribbling, dan shooting tidak hanya dipengaruhi oleh aspek fisik dan teknik, tetapi juga oleh faktor psikologis seperti pengendalian emosi dan fokus perhatian saat bertanding.

Sejumlah kajian dalam psikologi olahraga juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan positif dengan performa olahraga, terutama dalam aspek pengambilan keputusan, pengendalian stres, dan konsistensi performa atlet (Weinberg & Gould, 2019). Namun demikian, kajian yang secara spesifik meneliti keterkaitan kedua variabel tersebut pada konteks akademi sepak bola usia remaja masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecerdasan emosional, tingkat kemampuan teknik dasar, serta hubungan antara kecerdasan emosional dengan kemampuan teknik dasar siswa *Thirteens Football Academy* usia 13–17 tahun. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar empiris dalam pengembangan program latihan sepak bola yang lebih holistik, dengan mengintegrasikan aspek teknis dan psikologis secara seimbang.

## **KAJIAN TEORI**

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat baik terhadap diri sendiri maupun dalam interaksi sosial. Dalam konteks olahraga, kecerdasan emosional menjadi salah satu faktor psikologis penting yang mendukung performa atlet, terutama dalam menjaga stabilitas emosi, konsentrasi, serta kemampuan mengambil keputusan di bawah tekanan pertandingan. Mayer et al., (2024) menjelaskan bahwa atlet dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung mampu mengendalikan reaksi emosional negatif sehingga dapat mempertahankan performa secara konsisten.

Pada olahraga sepak bola, tuntutan permainan yang dinamis dan kompetitif menempatkan atlet pada situasi yang sarat tekanan fisik maupun psikologis. Dalam konteks ini, penguasaan teknik dasar seperti dribbling, passing, dan shooting tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan motorik, tetapi juga oleh faktor psikologis seperti fokus perhatian dan regulasi emosi (Weinberg & Gould, 2019). Ketidakmampuan dalam mengelola emosi, seperti kecemasan berlebih atau frustrasi, dapat mengganggu koordinasi gerak, pengambilan keputusan, serta ketepatan teknik dalam situasi permainan yang kompleks (Gross, 1998; Laborde et al., 2016). Hal ini menunjukkan bahwa aspek psikologis memiliki peran penting dalam menjaga kualitas performa teknik dasar pemain sepak bola.

Kecerdasan emosional juga berperan dalam proses pembelajaran dan pelaksanaan teknik dasar olahraga. Atlet dengan kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung lebih mampu mempertahankan konsentrasi, merespons instruksi pelatih secara efektif, serta menjaga motivasi latihan dalam jangka panjang (Mayer, et al., 2004; Weinberg & Gould, 2019). Selain itu, dalam perspektif pembelajaran keterampilan motorik, performa teknik dasar sangat dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu, lingkungan, dan tugas latihan, di mana stabilitas psikologis menjadi salah satu komponen pendukung yang penting (Davids et al., 2008). Dengan demikian, kecerdasan emosional dapat dipahami sebagai faktor pendukung yang berkontribusi terhadap efektivitas latihan teknik dasar sepak bola.

Pada fase remaja, perkembangan emosional masih berlangsung dan sering kali ditandai dengan ketidakstabilan emosi. Nguyen dan Park (2022) serta Silva et al. (2024) menjelaskan bahwa atlet usia remaja umumnya memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori sedang, sehingga masih memerlukan pembinaan psikologis yang terarah. Ferriz-Valero et al. (2020) menegaskan bahwa rentang usia 13–17 tahun merupakan fase krusial dalam pembinaan atlet karena terjadi perkembangan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan, yang berpengaruh terhadap proses latihan dan performa pertandingan.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dan performa olahraga, khususnya dalam hal konsistensi teknik dan pengambilan keputusan. Kecerdasan emosional dapat membantu atlet mengelola tekanan kompetisi sehingga mampu menampilkan keterampilan teknik secara lebih stabil. Namun demikian, beberapa studi juga mengindikasikan bahwa penguasaan teknik dasar lebih dominan dipengaruhi oleh faktor latihan, pengalaman bermain, serta kondisi fisik dibandingkan faktor psikologis semata.

Berdasarkan kajian teori tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan aspek penting dalam pembinaan atlet sepak bola, terutama sebagai faktor pendukung performa dan pengendalian diri. Meskipun tidak selalu

menjadi penentu utama kemampuan teknik dasar, kecerdasan emosional tetap berkontribusi dalam menciptakan kondisi psikologis yang kondusif bagi proses latihan dan pertandingan. Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan emosional perlu diintegrasikan secara seimbang dengan latihan teknik dasar agar pembinaan atlet remaja dapat berjalan secara holistik dan berkelanjutan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta tingkat keterkaitan antara dua variabel tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap subjek penelitian (Creswell & Creswell, 2018). Pendekatan kuantitatif digunakan karena data yang dikumpulkan berupa angka dan dianalisis menggunakan teknik statistik (Field, 2013). Desain korelasional dipilih untuk menganalisis hubungan antara kecerdasan emosional sebagai variabel bebas (X) dengan kemampuan teknik dasar sepak bola sebagai variabel terikat (Y) pada siswa *Thirteens Football Academy* usia 13–17 tahun, tanpa menarik kesimpulan sebab-akibat (Creswell & Creswell, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang aktif berlatih di *Thirteens Football Academy* dengan rentang usia 13–17 tahun. Sampel penelitian berjumlah 40 orang yang diambil menggunakan teknik total sampling (Sugiyono, 2019), dengan kriteria siswa aktif berlatih dan berada pada rentang usia tersebut. Teknik total sampling digunakan karena seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian sehingga tidak diperlukan teknik pengambilan sampel tambahan.

Variabel kecerdasan emosional diukur menggunakan angket atau kuesioner berbentuk skala Likert yang mengacu pada lima aspek utama kecerdasan emosional, yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (Goleman, 1995). Instrumen ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga layak digunakan sebagai alat ukur psikologis. Sementara itu, variabel kemampuan teknik dasar sepak bola diukur melalui tes keterampilan motorik di lapangan yang bersifat objektif dan terstandar, mencakup tes dribbling, passing, dan shooting dengan indikator penilaian berupa waktu, akurasi, dan ketepatan gerak (Koger, 2007; Nurhasan, 2001). Kedua instrumen tersebut digunakan untuk memperoleh data kuantitatif yang akurat guna menganalisis hubungan antara kecerdasan emosional dengan kemampuan teknik dasar sepak bola.

Penelitian diawali dengan tahap perizinan kepada pihak *Thirteens Football Academy* dan pemberian penjelasan kepada siswa mengenai tujuan serta prosedur penelitian. Setelah itu, dilanjutkan dengan penggunaan instrumen angket kecerdasan emosional dan tes teknik dasar sepak bola (*dribbling*, *passing*, dan *shooting*) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian angket dan pelaksanaan tes lapangan.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yang sistematis. Pertama, data kecerdasan emosional dan kemampuan teknik dasar yang diperoleh dari angket dan tes keterampilan dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui gambaran umum setiap variabel, meliputi nilai rata-rata, standar deviasi, persentase, serta pengkategorian tingkat (tinggi, sedang, dan rendah). Selanjutnya, dilakukan uji prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji linieritas untuk memastikan data memenuhi asumsi analisis statistik inferensial.

Setelah prasyarat terpenuhi, pengujian hubungan antara kecerdasan emosional dan kemampuan teknik dasar dilakukan menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment* apabila data berdistribusi normal, atau korelasi Spearman apabila data tidak berdistribusi normal. Untuk mengetahui besarnya kontribusi kecerdasan emosional terhadap kemampuan teknik dasar, analisis dilanjutkan dengan regresi sederhana yang ditunjukkan melalui nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ), sehingga diperoleh kesimpulan yang komprehensif mengenai keterkaitan dan kontribusi variabel penelitian.

## HASIL PENELITIAN

Kategori kecerdasan emosional dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

**Tabel 1. Kategori Kecerdasan Emosional**

Kategori Kecerdasan Emosional	Norma	Presentase (%)
Sangat Kurang	<67	0
Kurang	67-70	4
Sedang	71-74	17
Baik	75-78	10
Sangat Baik	79>	9
<b>TOTAL</b>		40/40

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis deskriptif tingkat kecerdasan emosional, distribusi norma menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *sedang*. Sebanyak 17 responden (42,5%) memiliki skor kecerdasan emosional pada rentang 71–74, yang mengindikasikan bahwa kemampuan mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi berada pada tingkat cukup memadai. Selanjutnya, kategori *baik* dengan rentang skor 75–78 dicapai oleh 10 responden (25%), sedangkan kategori *sangat baik* dengan skor  $\geq 79$  diperoleh oleh 9 responden (22,5%), yang menunjukkan adanya sejumlah siswa dengan kemampuan pengelolaan emosi yang optimal. Sementara itu, hanya 4 responden (10%) yang berada pada kategori *kurang* dengan rentang skor 67–70, dan tidak terdapat responden pada kategori *sangat kurang* (skor <67). Secara keseluruhan, dari total 40 responden (100%).

Kategori Shooting dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

**Tabel 2. Shooting**

Kategori Shooting	Norma	Presentase (%)
Sangat Kurang	3 <	8
Kurang	4-7	13
Sedang	8-11	9
Baik	12-16	5
Sangat Baik	17>	5
<b>TOTAL</b>		40/40

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis deskriptif kemampuan shooting, diperoleh distribusi norma yang menunjukkan variasi tingkat keterampilan responden. Sebanyak 8 responden berada pada kategori sangat kurang dengan rentang skor  $\leq 3$ , sedangkan 13 responden termasuk kategori kurang pada rentang skor 4–7, yang merupakan frekuensi tertinggi. Selanjutnya, kategori sedang dengan skor 8–11

dicapai oleh 9 responden, sementara kategori baik pada rentang skor 12–16 hanya diperoleh oleh 5 responden. Adapun kategori sangat baik dengan skor  $\geq 17$  juga dicapai oleh 5 responden. Kategori Dribbling dapat dilihat pada Tabel 3 berikut.

**Tabel 3. Dribbling**

Kategori Dribbling	Norma	Presentase (%)
Sangat Kurang	23>	0
Kurang	21-23	0
Sedang	19-21	3
Baik	17-19	10
Sangat Baik	16,99<	27
<b>TOTAL</b>		40/40

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis deskriptif kemampuan dribbling, distribusi norma menunjukkan kecenderungan kemampuan yang relatif baik pada responden penelitian. Tidak terdapat responden yang berada pada kategori sangat kurang (skor  $>23$ ) maupun kurang (skor 21–23), yang masing-masing menunjukkan persentase 0%. Sebagian kecil responden, yaitu 3 orang (7,5%), berada pada kategori sedang dengan rentang skor 19–21. Selanjutnya, kategori baik pada rentang skor 17–19 dicapai oleh 10 responden (25%), sedangkan mayoritas responden berada pada kategori sangat baik dengan skor  $<16,99$ , yaitu sebanyak 27 responden (67,5%). Secara keseluruhan, dari total 40 responden (100%).

Kategori Passing dapat dilihat pada Tabel 4 berikut.

**Tabel 4. Passing**

Kategori Passing	Norma	Presentase (%)
Sangat Kurang	3<	0
Kurang	3-4	0
Sedang	5-6	0
Baik	7-8	4
Sangat Baik	9-10	36
<b>TOTAL</b>		40/40

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis deskriptif kemampuan passing, distribusi norma menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat keterampilan yang sangat baik. Tidak terdapat responden yang berada pada kategori sangat kurang (skor  $\leq 3$ ), kurang (skor 3–4), maupun sedang (skor 5–6), yang seluruhnya menunjukkan persentase 0%. Sebanyak 4 responden (10%) berada pada kategori baik dengan rentang skor 7–8, sementara sebagian besar responden, yaitu 36 responden (90%), termasuk dalam kategori sangat baik pada rentang skor 9–10. Secara keseluruhan, dari total 40 responden (100%).

Hubungan kecerdasan emosional & Teknik dasar dapat dilihat pada Tabel 5 berikut.

**Tabel 5. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional & Teknik Dasar**

Variable	n	M	SD	1	2
Kecerdasan Emosional	40	41.84	7.35	-	-
Teknik Dasar	40	1271.4	1137.1	.705	-

Berdasarkan tabel 5 uji korelasi Spearman's rho terhadap 40 responden, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,062 dengan nilai signifikansi 0,705 ( $p > 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan kemampuan teknik dasar berada pada kategori sangat lemah dan tidak signifikan. Dengan demikian, kecerdasan emosional tidak dapat dijadikan prediktor utama kemampuan teknik dasar siswa *Thirteens Football Academy*, yang lebih kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain seperti intensitas dan kualitas latihan, pengalaman bermain, serta kondisi fisik dan penguasaan teknik.

Analisis regresi sederhana dapat dilihat pada Tabel 6 berikut.

**Tabel 6. Analisis Regresi Sederhana**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,104a	.011	-.015	5,563

Berdasarkan tabel 6 hasil Model Summary regresi sederhana, diperoleh nilai R sebesar 0,104 yang menunjukkan hubungan sangat lemah antara kecerdasan emosional dan kemampuan teknik dasar. Nilai R Square sebesar 0,011 menandakan bahwa kecerdasan emosional hanya menjelaskan 1,1% variasi kemampuan teknik dasar, sedangkan Adjusted R Square sebesar  $-0,015$  menunjukkan bahwa model regresi belum memberikan kontribusi yang berarti. Nilai Std. Error of the Estimate sebesar 5,563 juga mengindikasikan ketepatan prediksi yang rendah. Dengan demikian, kecerdasan emosional tidak berpengaruh signifikan terhadap kemampuan teknik dasar, yang lebih dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel tersebut.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian terhadap siswa *Thirteens Football Academy* usia 13–17 tahun, diperoleh gambaran bahwa tingkat kecerdasan emosional siswa secara umum berada pada kategori sedang hingga baik. Mayoritas siswa berada pada kategori sedang (42,5%), diikuti kategori baik (25%) dan sangat baik (22,5%), sedangkan sebagian kecil berada pada kategori kurang (10%) dan tidak terdapat siswa pada kategori sangat kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi telah berkembang cukup baik, meskipun belum optimal sepenuhnya, yang sejalan dengan karakteristik perkembangan emosional remaja yang masih berada pada fase pencarian kestabilan emosi (Steinberg, 2014).

Ditinjau dari kemampuan teknik dasar sepak bola, hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya variasi capaian pada setiap komponen teknik. Kemampuan passing dan dribbling berada pada kategori baik hingga sangat baik, yang menunjukkan bahwa siswa memiliki penguasaan yang relatif optimal pada aspek kontrol dan distribusi bola. Hal ini mengindikasikan bahwa proses latihan teknis yang berulang dan terstruktur berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan motorik spesifik (Ford et al., 2010). Namun demikian, kemampuan shooting masih berada pada kategori rendah hingga sedang, di mana sebagian siswa berada pada kategori kurang hingga sangat kurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa aspek penyelesaian akhir masih menjadi kelemahan yang membutuhkan latihan spesifik dan berulang dalam situasi permainan yang lebih kompleks (Ali, 2011).

Selanjutnya, hasil uji korelasi Spearman's rho menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan kemampuan teknik dasar sepak bola sangat lemah dan tidak signifikan secara statistik, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,062 dan nilai signifikansi 0,705 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa pada konteks penelitian ini, kecerdasan emosional tidak memiliki hubungan langsung yang kuat terhadap penguasaan teknik dasar. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa keterampilan teknis dalam olahraga lebih dominan dipengaruhi oleh faktor latihan spesifik, pengalaman, dan kemampuan motorik dibandingkan faktor psikologis umum (Ericsson & Tesch-Römer, 1993).

Hasil ini diperkuat oleh analisis regresi sederhana yang menunjukkan nilai R sebesar 0,104 dengan R Square sebesar 0,011, yang berarti kecerdasan emosional hanya mampu menjelaskan 1,1% variasi kemampuan teknik dasar. Bahkan nilai Adjusted R Square sebesar -0,015 menunjukkan bahwa model regresi belum memberikan kontribusi yang bermakna dalam menjelaskan hubungan antarvariabel. Kondisi ini menunjukkan bahwa faktor lain seperti intensitas latihan, kualitas pembinaan, dan pengalaman bermain memiliki peran yang lebih dominan dalam penguasaan teknik dasar sepak bola (Williams & Ford, 2008).

Berdasarkan hasil tersebut dapat dipahami bahwa kemampuan teknik dasar sepak bola siswa *Thirteens Football Academy* tidak dipengaruhi secara signifikan oleh kecerdasan emosional dalam konteks penelitian ini. Meskipun demikian, kecerdasan emosional tetap memiliki peran penting dalam aspek psikologis atlet, seperti pengendalian diri, motivasi, dan manajemen stres saat latihan maupun pertandingan (Laborde, Dosseville, & Allen, 2016). Dengan demikian, kecerdasan emosional lebih berperan sebagai faktor pendukung daripada faktor utama dalam penguasaan teknik dasar.

Dengan terpenuhinya tujuan penelitian dan konsistennya hasil dari analisis deskriptif, korelasi, dan regresi, penelitian ini dapat dikatakan telah mencapai tujuan yang ditetapkan. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi bagi pelatih dalam menyusun program pembinaan, khususnya dengan lebih menekankan peningkatan kualitas latihan teknik dasar, terutama pada aspek shooting, serta tetap memperhatikan pengembangan aspek psikologis sebagai faktor pendukung dalam pembinaan atlet usia remaja.

Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu jumlah sampel yang relatif terbatas (40 responden) sehingga daya generalisasi hasil masih rendah, desain penelitian yang bersifat korelasional sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat, serta penggunaan kecerdasan emosional sebagai satu-satunya variabel bebas. Selain itu, penggunaan angket sebagai instrumen pengukuran berpotensi menimbulkan bias subjektivitas responden, dan ruang lingkup penelitian yang terbatas pada satu akademi juga membatasi generalisasi hasil (Creswell & Creswell, 2018).

## SIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosional siswa *Thirteens Football Academy* usia 13–17 tahun secara umum berada pada kategori sedang hingga baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan yang cukup memadai dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi dalam konteks latihan dan aktivitas olahraga. Sementara itu, kemampuan teknik dasar sepak bola menunjukkan variasi

pada setiap komponen, di mana kemampuan passing dan dribbling cenderung berada pada kategori baik hingga sangat baik, sedangkan kemampuan shooting masih relatif rendah pada sebagian siswa. Temuan ini menggambarkan bahwa penguasaan teknik dasar lebih berkembang pada aspek penguasaan dan distribusi bola dibandingkan penyelesaian akhir.

Selanjutnya, tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan kemampuan teknik dasar sepak bola menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil uji korelasi dan regresi menunjukkan bahwa kecerdasan emosional tidak memberikan kontribusi yang berarti terhadap variasi kemampuan teknik dasar siswa. Dengan demikian, kemampuan teknik dasar sepak bola lebih dominan dipengaruhi oleh faktor lain seperti intensitas dan kualitas latihan, pengalaman bermain, kondisi fisik, kematangan motorik, serta metode kepelatihan. Meskipun demikian, pengembangan kecerdasan emosional tetap penting sebagai faktor pendukung dalam menjaga motivasi, pengendalian diri, dan kestabilan performa atlet remaja.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ali, A. (2011). *Measuring soccer skill performance: Development and validation of skill tests*. *Journal of Sports Sciences*, 29(2), 127–140.
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 184–202). Wiley.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications. <https://us.sagepub.com/en-us/nam/research-design/book255675>
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363–406. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.3.363>
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (4th ed.). SAGE Publications.
- Ford, P. R., Ward, P., Hodges, N. J., & Williams, A. M. (2010). The role of deliberate practice and play in career progression in sport. *High Ability Studies*, 20(1), 65–75. <https://doi.org/10.1080/13598130902860721>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Hamzah, M. A., et al. (2026). The contribution of emotional intelligence to the decision-making ability of football referees. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 14, 13–21.
- Koger, R. (2007). *Training soccer skills*. McGraw-Hill.
- Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2016). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 7, 130. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00130>
- Malina, R. M., Cumming, S. P., & Rogol, A. D. (2015). Growth and maturation of young athletes: Implications for sport performance and training. *British Journal of Sports Medicine*, 49(13), 843–851. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094623>
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503\\_02](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503_02)

- Nguyen, T. H., & Park, J. H. (2022). Emotional intelligence and adolescent athlete development: A cross-sectional study in competitive sports. *International Journal of Sports Psychology*, 53(3), 210–225.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Permata, G. S. (2024). Pengembangan instrumen tes identifikasi bakat atlet sepak bola usia 14–15 tahun.
- Petanque, P., & Bekasi, K. (2018). Tatang Iskandar: Dosen PJKR FKIP Universitas Islam “45” Bekasi; Fahmi Rahman: Mahasiswa PJKR Universitas Islam “45” Bekasi. *IX*(2), 140–145.
- Setiawan, B. (2023). Pengaruh intensitas latihan ringan dan tinggi terhadap daya tahan pada siswa putra ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Kalirejo.
- Silva, R., Gomes, P., & Oliveira, L. (2024). Emotional regulation and technical skills under pressure in junior soccer players. *Journal of Sports Science & Development*, 32(2), 145–159.
- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
- Williams, A. M., & Ford, P. R. (2008). Expertise and expert performance in sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 4–18.
- Yusuf, M. S. (2024). Pengaruh emosi terhadap performa atlet dalam psikologi olahraga. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 9(2), 162–169.