

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga telah menjadi bagian penting dalam menjaga kesehatan fisik sekaligus sebagai ajang kompetisi. Dalam setiap perlombaan, individu dituntut untuk meraih kemenangan demi mencapai prestasi yang diinginkan. Dari sekian banyak cabang olahraga yang dipertandingkan, futsal menjadi salah satu pilihan yang populer. Olahraga futsal juga sedang digemari oleh kalangan pelajar hingga mahasiswa (Kurnia sandy, 2019).

Olahraga futsal membutuhkan kondisi fisik yang prima, mengingat ukuran lapangan yang lebih kecil dibandingkan lapangan sepak bola, para pemain harus terus bergerak tanpa henti. Kontak fisik dengan lawan sering terjadi, dan benturan yang keras pun sulit dihindari. Dalam kondisi seperti ini, mental dan fisik yang kuat sangatlah penting bagi pemain agar bisa tampil optimal dalam pertandingan. Seorang atlet harus memiliki mental yang kuat agar dapat mengalahkan segala tekanan non-teknis, seperti halnya atmosfer pertandingan, penonton atau suporter, sehingga mampu mengeluarkan kemampuan optimalnya pada saat pertandingan (Kurnia sandy, 2019). Hal tersebut juga dapat mempengaruhi emosi para atlet futsal dalam bertanding, salah satu bentuk emosi tersebut adalah kecemasan. Kecemasan bertanding merupakan fenomena yang sering di alami oleh atlet dalam berbagai jenis olahraga. Rasa cemas ini bisa muncul dengan beragam intensitas, mulai dari sekadar rasa gugup hingga kecemasan yang cukup mengganggu terhadap peforma atlet ketika berada di lapangan. Kecemasan bertanding dapat secara signifikan mengganggu peforma atlet baik dalam hal fisik, mental, maupun teknis. Jika kecemasan tidak dikelola dengan baik hal ini bisa bedampak pada penurunan kualitas peforma, menghalangi konsentrasi, dan mempengaruhi keputusan yang diambil dalam situasi kompetitif.

Weinberg dan Gould, (2000) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan emosi yang sangat negatif ditandai dengan timbulnya kegelisahan, kecemasan dan disertai dengan peningkatan gugahan sistem fisiologis tubuh. Cox (2002)

mengungkapkan bahwa kecemasan menghadapi pertandingan adalah keadaan kecemasan yang dialami atlet yaitu keadaan emosi negatif yang meningkat tergantung bagaimana atlet memaknai dan mengevaluasi situasi pertandingan. Amir (2004) menjelaskan bahwa rasa cemas dalam menghadapi suatu pertandingan berasal dari atlet yang banyak memikirkan akibat yang akan dihadapi jika gagal atau kalah dalam pertandingan. Menurut Smith, Smoll, Cumming, dan Grossbard, (2006) kecemasan bertanding adalah suatu kondisi bagian otak yang berbeda yang terlibat dalam berbagai aspek kecemasan bertanding, terutama perbedaan kognitif dan somatik, meskipun keduanya saling mempengaruhi, kecemasan kognitif dan somatik dapat terjadi kapan saja. Menurut Endler (2002), kecemasan bertanding mempunyai beberapa faktor, faktor penyebab kecemasan bertanding antara lain, rasa takut akan kegagalan misalnya rasa takut dikalahkan oleh lawan yang dianggap lemah sehingga mengancam ego atlet. Takut akan cedera fisik seperti takut akan kemungkinan serangan dari lawan menyebabkan cedera fisik. Takut kritik social ,karena penonton dan pelatih adalah orang yang paling berperan penting dalam sebuah pertandingan. Dengan demikian, hubungan antara atlet dan pelatih bisa terjalin erat. Situasi pertandingan yang tidak menentu, seperti saat atlet tidak tahu kapan pertandingan akan dimulai dapat menimbulkan kecemasan pada diri atlet. Gangguan terhadap latihan normal, seperti kecemasan, terjadi ketika seorang atlet diminta mengubah kebiasaan atau teknik tanpa berlatih sebelum bertanding.

Kecemasan bertanding memiliki dampak yang cukup merugikan bagi atlet maupun tim. Seorang atlet akan merasakan ketegangan yang berlebih apabila melihat lawan yang akan dihadapinya superior atau tim yang diunggulkan, atlet akan merasakan detang jantung yang berdebar kencang, dan ketika bermain seorang atlet tingkat kepercayaan dirinya akan hilang karena kecemasan yang berlebih tersebut. Seorang atlet yang biasanya mengoper bola ke temannya dengan baik pada saat cemas akan tidak mengarah ke temannya pada saat mengoper bola tersebut, serta takut menggiring bola. Maka sebab itu seorang atlet harus bisa mengatasi kecemasan tersebut agar tidak merugikan tim yang sedang bertanding.

Tabel 1. 1 Hasil Wawancara Kecemasan Bertanding

No.	Subjek	Pertanyaan	Verbatim
1	FER	1. Apa yang mu rasakan ketika melakukan pertandingan turnamen? atau	Yang saya rasakan ketika akan melakukan pertandingan saya merasa grogi karena saya cemas di saat pertandingan itu takutnya kalah
	RMJ		Untuk pertandingan pertama kalinya pasti akan merasakan nervous dan merasa cemas takut pada pertandingan tersebut tidak bisa memberikan penampilan yang terbaik, untuk pertandingan berikutnya biasanya saya merasa enjoy dan tenang.
	AAP		Yang saya rasakan adalah gerogi seperti tidak bisa diem pada saat akan pertandingan
	MAR		Seru, sebab saya masuk dalam rencana suatu klub pada pertandingan atau turnamen
	SHA		Ketika saya melakukan pertandingan / turnamen saya merasa cemas seperti tidak percaya diri
2	FER	apa aja yang membuat anda sulit fokus?	Yang membuat saya sulit fokus di tonton banyak orang di saat pertandingan dan saya takut di saat pertandingan tersebut kalah

	RMJ	Yang menjadi saya sulit fokus adalah ketika saya mengalami kondisi kelelahan	
	AAP	Yang membuat saya sulit fokus adalah kebanyakan memikirkan hal yang seharusnya tidak difikirkan	
	MAR	Kurang siap, tegang, tidak dalam kondisi prima	
	SHA	Yang membuat saya sulit fokus adalah perasaan takut kalah	
3	FER	Bagaimana cara anda mengatasi kecemasan pada saat bertanding?	Cara saya mengatasi kecemasan pada pertandingan saya mencoba untuk fokus di pertandingan itu dan melatih mental dan fisik saya secara rutin agar meningkatkan kepercayaan diri saya
	RMJ	Saya mengatasi kecemasan tersebut dengan berfikir positif dan optimis bisa melakukan pertandingan dengan baik	
	AAP	Selalu mendengarkan musik (pakai headset) karena dengan mendengarkan musik dapat menghilangkan rasa grogi, dan secara tidak langsung menambah mental bermain semakin bersemangat, dan tentunya lebih enjoy santai dan optimis	
	MAR	Menenangkan pikiran, bercanda dengan teman 1 tim, dan makan	

---

Cara mengatasi kecemasan saat bertanding adalah dengan menarik nafas yang dalam dan berdoa

---

Dari hasil wawancara kelima subjek ini memiliki kesimpulan yan berbeda dari subjek satu dengan subjek yang lain. Berikut dari kesimpulan subjek FER yakni, Subjek FER masuk ke dalam aspek *somatic* dan *worry*, karena subjek merasa gerogi dan memikirkan hasil yang negatif yaitu kalah. Subjek FER juga mengatasi kecemasannya dengan melatih mental dan fisik. Subjek RMJ yakni, Subjek RMJ masuk ke dalam aspek *somatic* dan *worry*, karena subjek merasa gerogi dan takut tidak bisa memberikan penambilan terbaik. Subjek RMJ juga mengatasi kecemasannya dengan cara berfikir postif dan optimis. Subjek ketiga AAP yakni, Subjek AAP masuk ke dalam aspek *Somatic* dimana subjek merasa gerogi. Subjek AAP mengatasi kecemasannya dengan cara selalu mendengarkan musik. Subjek keempat MAR yakni, Subjek MAR masuk ke dalam aspek *somatic* dimana subjek merasa tegang. Ssubjek MAR mengatasi kecemasannya dengan cara menenangkan pikiran dan bercanda terhadap teman satu tim. Subjek kelima SHA yakni, Subjek SHA masuk ke dalam aspek *worry* dimana subjek memiliki perasaan takut kalah. Subjek mengatasi kecemasannya dengan cara menarik nafas sedalam-dalamnya dan berdoa.

Kecemasan bertanding ini juga memiliki beberapa aspek menurut Smith, Smoll, Cumming, dan Grossbard, (2006), kecemasan bertanding terbagi menjadi tiga dimensi, yaitu: *Somatic*, *Worry*, dan *Concentration disruption*. Aspek *Worry*, dan *Concentration disruption* merupakan aspek yang muncul dari kecemasan kognitif. Yang pertama ada *somatic*, yang menunjukan indeks gairah otonom yang berbeda dari *somatic*, dengan fokus pada perut dan otot. *Somatic anxiety* (kecemasan somatis) berhubungan dengan perubahan fisiologis pada atlet. Gejala negatifnya antara lain gugup, tekanan darah tinggi, tenggorokan kering, ketegangan otot, denyut nadi cepat, telapak 16 tangan berkeringat, dan ketegangan otot perut. Yang kedua ada *worry*, adalah kegagalan dalam menyelesaikan suatu masalah yang ancamannya masih belum terselesaikan. Kekhawatiran bisa dimulai dari pikiran otomatis negatif. *Worry*, kekhawatiran tentang kinerja buruk dan konsekuensi negatif Yang ketiga ada

*Concentration disruption* mengacu pada kesulitan memusatkan perhatian pada isyarat tugas yang terkait.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Kecemasan dipengaruhi oleh kecerdasan emosional seseorang, atlet mempunyai kecerdasan emosional yang dapat mengatasi kecemasan dan ketegangan yang muncul ketika sebelum pertandingan. Seorang atlet yang tidak memiliki kecerdasan emosi yang baik mudah sekali teralihkan perhatiannya, karena emosi merupakan sumber dari kemampuan mental seseorang, yang mempengaruhi sumber kemampuan lainnya, pikiran atlet menjadi sangat gelisah sehingga performanya di lapangan menjadi kacau dan menyebabkan kekalahan, itulah yang dialami oleh atlet.

Kecerdasan emosional sangat penting bagi seorang atlet untuk mampu mengelola emosinya ketika menghadapi suatu masalah yang penuh tekanan. Dibutuhkan kecerdasan emosional untuk mengatasi tantangan dalam hidup dan optimisme untuk mengatasi atau memecahkan masalah.

Cooper dan Sawaf (1998) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk merasakan, memahami dan secara efektif menggunakan kekuatan dan kepekaan emosional sebagai sumber energi, pengetahuan, koneksi dan pengaruh yang manusia. Lebih lanjut dijelaskan bahwa kecerdasan emosional menuntut seseorang untuk belajar mengenali dan menilai emosi dirinya sendiri dan orang lain serta bereaksi secara tepat dan menggunakan energi emosional secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Howes dan Herald (1999) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai komponen yang membentuk seseorang cerdas dalam menggunakan emosinya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa emosi manusia itu ada pada ranah perasaan yang mendalam, naluri yang tersembunyi, dan perasaan emosi, yang apabila dikenali dan dihormati, kecerdasan emosional memberikan pemahaman yang lebih dalam dan lengkap tentang diri sendiri dan orang lain. Goleman (2003) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan seseorang untuk meningkatkan motivasi diri, tangguh dalam menghadapi kegagalan, mengelola emosi, menunda kepuasan, dan mengatur suasana hati. Salovey dan Mayer (1990) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk megidentifikasi dan memahami perasaan emosi dan membangkitkan emosi untuk membantu pikiran,

memahami emosi dan maknanya, serta mengelola emosi secara menyeluruh untuk mendorong perkembangan emosi dan intelektual.

Menurut Goleman (2009), kecerdasan emosi individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu; (a) Lingkungan keluarga, kehidupan keluarga adalah sekolah pertama untuk mempelajari emosi. Peran serta orang tua sangat diperlukan, karena orang tua merupakan subyek pertama yang perilakunya dikenali, didorong, yang pada akhirnya akan menjadi bagian dari kepribadian anak. Kecerdasan emosi ini bisa diajarkan saat anak masih bayi melalui teladan. Kehidupan emosional yang dibesarkan dalam keluarga sangat bermanfaat bagi anak di kemudian hari, misalnya: melatih cara hidup yang disiplin dan bertanggung jawab, empati, kepedulian, dan lain-lain. Hal ini akan memudahkan dalam menghadapi permasalahan dan menenangkan diri, sehingga anak dapat berkonsentrasi dengan baik dan tidak banyak mengalami masalah perilaku seperti perilaku kasar dan negatif. (b) Lingkungan non keluarga, dalam hal ini adalah lingkungan masyarakat dan lingkungan penduduk. Kecerdasan emosional ini berkembang sesuai dengan perkembangan fisik dan mental anak. Pembelajaran ini sering terlihat pada kegiatan bermain anak seperti role play. Anak berperan sebagai individu yang mempunyai perasaan di luar dirinya, sehingga anak mulai belajar memahami situasi orang lain.. Perkembangan kecerdasan emosi dapat ditingkatkan melalui bentuk pelatihan, antara lain pelatihan ketegasan, empati dan masih banyak lagi bentuk pelatihan lainnya.

*Tabel 1. 2 Hasil Wawancara Kecerdasan Emosi*

No.	Subjek	Pertanyaan	Verbatim
1	FER	1. Bagaimana anda biasanya mengenali emosi anda sendiri?	Cara saya mengenali emosi saya sendiri dengan cara introspeksi diri dan berbicara dengan orang yang terpercaya seperti teman dekat saya.
	RMJ		Ketika lagi marah, sedih dan senang
	AAP		Dengan cara merenungkan bagaimana perasaan

MAR	Dengan cara intropesi diri, dengan bertanya sama diri sendiri tentang apa yang kita rasakan pada saat itu	
SHA	Dari pengalaman dan sudut pandang orang terhadap tingkah saya	
2 FER	Bagaimana caramu untuk mengendalikan emosimu?	Cara saya dengan diam dan tidak banyak bicara
RMJ	Mengontrol dan menahan diri ketika mendapatkan emosi negatif	
AAP	Yang membuat saya sulit fokus adalah kebanyakan memikirkan hal yang seharusnya tidak difikirkan	
MAR	Menenangkan diri, mendengarkan musik	
SHA	Mengingat hal di Depan yang lebih penting di banding melupakan emosi	
3 FER	Apa biasanya memotivasi anda untuk mencapai tujuan?	Motivasi saya untuk mencapai tujuan berasal dari keinginan saya sendiri.
RMJ	Yang memotivasi saya tentunya orang tua karena tentu saja kalo bukan kita yang membahagiakan orang tua mau siapa lagi yang membahagiakannya	

	AAP	Yang memotivasi saya tentunya orang tua karena tentu saja kalo bukan kita yang membahagiakan orang tua mau siapa lagi yang membahagiakannya.	
	MAR	Diri sendiri dan terutama orang tua	
	SHA	Dari Orang tua saya	
4	FER	Bagaimana caramu biasanya menunjukkan empati terhadap orang lain?	Dengan cara mendengarkan secara efektif dan memahami pendapat orang lain.
	RMJ		Berbuat baik, sopan, dan ramah
	AAP		Saya sebisa mungkin membantu orang tersebut.
	MAR		Mengajak bercanda
5	SHA		Dengan tindakan membantu orang tersebut.
	FER	Bagaimana caramu menyelesaikan konflik atau menciptakan keharmonisan dalam hubungan?	Saya berusaha berkomunikasi secara terbuka dan mencari solusi bersama.
	RMJ		Berkomunikasi dengan baik
	AAP		Dengan berkomunikasi dengan baik dan bersama sama mencari solusi untuk konflik tersebut
	MAR	Komunikasi dengan baik, apapun pembicaraan selalu tenang dan tidak tersulut emosi	

---

SHA

Memahami masalah, mencari solusi , meminta maaf

---

Dari wawancara kelima subjek ini memberikan kesimpulan tersendiri. Berikut yakni kesimpulan subjek FER, Subjek FER mengenali emosinya dengan cara intropesi diri. Subjek juga mengendalikan emosinya dengan cara tidak banyak bicara dan memotivasi. Subjek memiliki motivasi dari keinginannya sendiri. Subjek menunjukkan empatinya dengan cara mendengarkan secara efektif. Subjek pun menyelesaikan konflik dengan berusaha berkomunikasi secara terbuka. Subjek kedua RMJ yakni, Subjek RMJ mengenali emosinya seperti marah, sedih, dan senang. Subjek mengendalikan emosinya dengan mengontrol dan menahan diri. Subjek melihat video mengenai cita-citanya untuk memotivasinya. Subjek menunjukkan empatinya dengan berbuat baik. Subjek juga menyelesaikan konflik dengan berkomunikasi dengan baik. Subjek ketiga AAP yakni, Subjek AAP mengenali emosinya dengan cara merenungkan. Subjek mengendalikan emosinya dengan cara mendengarkan music. Motivasi subjek adalah orang tua. Subjek menunjukkan empatinya dengan membantu orang tersebut. Subjek juga menyelesaikan konflik dengan cara berkomunikasi dan mencari solusi. Subjek keempat MAR yakni, Subjek MAR mengenali emosinya dengan intropesi diri. Subjek mengendalikan emosinya dengan mendengarkan musik. Subjek memiliki motivasi untuk mencapai tujuan salah satu faktornya yaitu orang tua. Subjek menunjukkan empatinya dengan cara mengajak bercanda. Subjek pun menyelesaikan konflik dengan cara melakukan pembicaraan dengan tenang dan tidak tersulut emosi. terakhir, subjek kelima SHA, Subjek SHA mengenali emosinya dengan pengalaman dan berbagai suatu pandang orang lain. Subjek mengendalikan emosinya dengan cara megingat hal di depan.

Kecerdasan emosional mencakup beberapa elemen yang diuraikan oleh Salovey dan Mayer (2011) sebagai berikut: a. Menyadari emosi diri, yaitu kapasitas individu untuk memantau perasaan mereka seiring waktu, dengan perhatian pada perasaan yang muncul. Ketidakmampuan untuk menyadari emosi yang sebenarnya menunjukkan bahwa seseorang dikuasai oleh emosi mereka. b. Mengelola emosi, yaitu kemampuan untuk menghibur diri sendiri dan mengurangi kecemasan, kesedihan, atau perasaan tersinggung, beserta efek-efek yang muncul akibat lemahnya keterampilan emosi dasar. Ketrampilan dalam pengelolaan emosi mencakup kemampuan untuk mengendalikan diri dan kembali menenangkan diri. c. Memotivasi diri sendiri, ini adalah kemampuan mengelola emosi sebagai sarana untuk mencapai tujuan, yang sangat penting untuk menjaga motivasi serta kendali diri. Kemampuan ini bergantung pada pengendalian emosi, yakni menahan diri

terhadap kepuasan instan dan mengatur dorongan hati. Ini mencakup pengendalian dorongan hati dan kemampuan berfikir positif. d. Mengelola emosi orang lain, kemampuan ini dikenal sebagai empati, yang terkait dengan kesadaran diri emosional dan merupakan keterampilan dasar dalam interaksi sosial. Individu yang empatik lebih mampu memahami sinyal sosial terselubung yang mengungkapkan apa yang dibutuhkan atau diinginkan oleh orang lain. e. Membangun hubungan sosial, keterampilan dalam mengatur emosi orang lain juga mencakup keterampilan sosial yang mendukung popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan dalam hubungan interpersonal.

Seseorang yang dapat menangani emosi orang lain memerlukan kedewasaan serta keterampilan emosional lainnya, seperti manajemen diri dan empati. Dasar ini merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam hubungan dengan orang lain. Adanya kemampuan sosial memungkinkan individu untuk menjalin hubungan, mempengaruhi dan menginspirasi orang lain, membangun kedekatan, meyakinkan, dan membuat orang lain merasa nyaman. Temuan penelitian ini didukung oleh studi Aufa (2019) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dan kecemasan di kalangan pemain futsal UNY saat menghadapi pertandingan, dengan nilai  $r_{xy} = -0.558$  yang lebih besar dari  $r (0.05)(49) = 0.276$ . Korelasi tersebut negatif, menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, semakin rendah tingkat kecemasan mereka. Proporsi kontribusi kecerdasan emosional terhadap kecemasan adalah sebesar 31,10%. Kebaruan yang ada pada penelitian ini ada pada teori dimana pada penelitian terdahulu yang menjadi acuan peneliti variabel menggunakan teori dari Goleman dan variabel menggunakan teori dari Cox sedangkan dalam penelitian ini, variabel X menggunakan teori dari Salovey & Mayer dan variabel Y menggunakan teori dari Smith, Smoll, Cumming, dan Grossbard. Peneliti menggunakan teori yang berbeda dikarenakan aspek pada kedua teori tersebut lebih cocok digunakan di mana melihat dari permasalahan yang ada pada subjek. Kemudian juga pada penelitian terdahulu menggunakan tipe penelitian korelasional di mana penelitian korelasional dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel sedangkan peneliti menggunakan tipe penelitian kuantitatif di mana penelitian kuantitatif dilakukan untuk menguji hipotesis. Peneliti menggunakan kuantitatif dikarenakan melihat adanya gejala dan fenomena pada lokasi penelitian. Penelitian ini juga menemukan hasil temuan baru di

mana tidak adanya hubungan kecerdasan emosi terhadap kecemasan bertanding pada pemain futsal.

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan yang telah di jelaskan di atas, maka peneliti membatasi permasalahan sebagai berikut:

#### **1.3.1 Kecerdasan Emosi**

Salovey dan Mayer (1990) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengidentifikasi dan memahami perasaan emosi dan membangkitkan emosi untuk membantu pikiran, memahami emosi dan maknanya, serta mengelola emosi secara menyeluruh untuk mendorong perkembangan emosi dan intelektual..

#### **1.3.2 Kecemasan Bertanding**

Menurut Smith, Smoll, Cumming, dan Grossbard, (2006) kecemasan bertanding adalah suatu kondisi bagian otak yang berbeda yang terlibat dalam berbagai aspek kecemasan bertanding, terutama perbedaan kognitif dan somatis, meskipun keduanya saling mempengaruhi, kecemasan kognitif dan somatis dapat terjadi kapan saja.

#### **1.3.3 Atlet Mahasiswa**

Mahasiswa atlet dianggap sebagai orang yang terlibat dalam kegiatan akademik di perguruan tinggi, namun di sisi lain ia juga seorang atlet (Hidayati dan Krismayani, 2019). Mahasiswa yang menjadi seorang atlet harus membagi waktu secara bijak antara mengikuti perkuliahan, perlombaan atau latihan. Atlet mahasiswa biasanya berusia 17-22 tahun, yang menurut Hurlock (2011) (Annisa dan Marettih, 2016) tergolong remaja akhir.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada atau tidaknya Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Kecemasan Bertanding Pada Pemain Futsal yang bertanding di IFC ( ITS Futsal Championship) pada tahun 2024”.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh kecerdasan emosi terhadap kecemasan

bertanding pada pemain futsal yang bertanding di IFC (ITS Futsal Championship) pada tahun 2024.

## 1.6 Manfaat Penelitian

### 1.6.1 Manfaat Praktis

- a. Diasumsikan bahwa penelitian ini bisa memotivasi dan mendidik mahasiswa pada umumnya dan mahasiswa jurusan Psikologi pada khususnya sehingga dapat memperoleh manfaat sebesar besarnya dalam penyusunan skripsi.
- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya dalam kajian kecerdasan emosi terhadap kecemasan pada atlet.

### 1.6.2 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori yang berkaitan dengan kecerdasan emosi dan kecemasan bertanding, khususnya dalam konteks olahraga futsal. Dengan mengeksplorasi hubungan antara kedua variabel tersebut, penelitian ini dapat memperkaya pemahaman teoritis tentang bagaimana kecerdasan emosi memengaruhi tingkat kecemasan atlet saat bertanding.



