

HUBUNGAN *EMOTIONAL QUOTIENT* DENGAN *COMPETITIVE ANXIETY* PADA TIM FUTSAL ROMANITA FC KOTA DUMAI

Rizki Ramadhan Lubis¹, Ni Putu Nita Wijayanti², Oca Fernandes AF³, Hirja Hidayat⁴

^{1,2,3,4}Universitas Riau

E-mail: [rizki09jr@gmail.com/](mailto:rizki09jr@gmail.com)

Abstrak

Adapun faktor yang membuat permainan pemain terganggu ketika akan bertanding yaitu kecemasan bertanding. *Competitive anxiety*/kecemasan bertanding adalah suatu gejala psikologis bersifat negatif yang dimiliki seseorang, seperti perasaan takut, khawatir, dan cemas yang terjadi pada saat bertanding. *Emotional quotient*/kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk bisa mengelola emosi, mengatur emosi dan mengendalikan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *emotional quotient* dengan *competitive anxiety* pada tim futsal Romanita FC Kota Dumai. Jenis penelitian yaitu penelitian korelasi. Metode yang dipakai ialah penelitian kuantitatif. Populasi berjumlah 20 orang atlet futsal tim Romanita FC Kota Dumai. Teknik *total sampling* sebagai cara pengambilan sampel. Korelasi *product moment* dan aplikasi *IBM SPSS Statistics 28* menjadi cara dalam menganalisis data. Penelitian ini mendapatkan hasil yakni terdapat hubungan yang (negatif) signifikan antara *emotional quotient* dengan *competitive anxiety* pada tim futsal Romanita FC Kota Dumai. Dengan nilai $r_{hitung} = -0,992 > r_{tabel} = 0,423$. Nilai hasil korelasi negatif, artinya semakin baik (tinggi) tingkat kecerdasan emosi seseorang, maka tingkat kecemasan bertanding akan semakin menurun.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional; Kecemasan Bertanding, Pemain Futsal

THE RELATIONSHIP BETWEEN *EMOTIONAL QUOTIENT* AND *COMPETITIVE ANXIETY* IN ROMANITA FC FUTSAL TEAM, DUMAI CITY

Abstract

The factor that makes the player's game disrupted when competing is competitive anxiety. Competitive anxiety is a negative psychological symptom that a person has, such as feelings of fear, worry, and anxiety that occur when competing. Emotional quotient is the ability of a person to be able to manage emotions, regulate emotions, and control emotions. This study aims to determine whether there is a relationship between emotional quotient and competitive anxiety in the futsal team Romanita FC Dumai City. The type of research is correlation research. The research method used is quantitative research. The population is 20 futsal athletes for the Romanita FC Dumai team. Total sampling technique as a sampling method. Product moment correlation and IBM SPSS Statistics 28 application are a way to analyze data. This study found that there was a significant (negative) relationship between emotional quotient and competitive anxiety on the Romanita FC Dumai futsal team. With $r_{count} = -0.992 > r_{table} = 0.423$. The value of the correlation result is negative, meaning that the better (higher) a person's level of emotional intelligence is, the level of anxiety in competing will decrease.

Keywords: Emotional Quotient; Competitive Anxiety, Futsal Play

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan rangkaian senam rutin untuk menjaga kualitas hidup. Melalui olahraga dapat meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Hal ini sejalan dengan konsep World Health Organization (WHO): “Kesehatan sejahtera lahir batin, tidak hanya tanpa penyakit, cacat atau lemah”. Kesehatan mencakup tiga aspek, yaitu jasmani, rohani, serta sosial yang menjadi pembinaan dalam kesehatan melalui aspek jasmani atau olahraga (Giriwijoyo, 2014: 1).

Olahraga merupakan rangkaian gerak teratur dan terencana yang dilakukan orang untuk mencapai maksud atau tujuan tertentu (Giriwijoyo, 2014:10). Menurut tujuan yang ingin dicapai, olahraga dibagi menjadi empat jenis, yaitu olahraga prestasi yang menekankan pada prestasi, olahraga rekreasi yang menekankan pada hiburan, olahraga sehat yang menekankan pada pencapaian kesehatan, dan olahraga pendidikan yang menekankan pada pencapaian prestasi pendidikan. Dari beberapa tujuan olahraga tersebut, salah satu yang paling digemari adalah olahraga prestasi.

Menurut Undang-Undang Nomor 3 Sistem Olahraga Nasional Republik Indonesia Tahun 2005, Bab 1, Pasal 1, Ayat 13 berbunyi: “Menurut pengertian, olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”(Ilahi 2020).

Salah satu olahraga dibidang prestasi salah satu yang paling digemari di Indonesia maupun dunia yaitu permainan futsal. Menurut Lhaksana (2014: 5), Futsal adalah permainan bola besar yang dilakukan di dalam ruangan. Olahraga futsal sudah berkembang lama di Indonesia khususnya yang dipertandingan baik nasional maupun internasional . Berbeda dengan sepakbola, futsal hanya dimainkan oleh lima pemain. Dalam bermain futsal, seorang pemain diharuskan mempunyai tubuh yang bertenaga. Tidak hanya sisi jasmani saja yang berpengaruh, faktor psikis juga memiliki pengaruh yang kuat pada pemain.

Olahraga prestasi bukan hanya tergantung pada keterampilan fisik ataupun teknik yang dimiliki atlet, namun juga tergantung pada kondisi mental dan psikologisnya. Menurut Lhaksana dalam Jurnal (Darmawan, 2014:2), faktor psikologis adalah kunci supaya suatu tim berhasil dengan pikiran yang konsisten. Banyak pakar olahraga percaya bahwa performa puncak sangat bergantung pada kedewasaan dan ketangguhan mental seorang atlet untuk mengatasi rintangan dalam permainan. Adapun aspek yang dimaksud ialah pada kecerdasan emosional. Banyak atlet memiliki teknik dan fisik yang bagus, namun dari segi psikologisnya masih belum baik. Walaupun atlet sudah mempersiapkan dari fisik, teknik dan taktik dari jauh hari sebelum pertandingan, akan sia-sia jika atlet tersebut tidak dapat mengontrol kecemasannya (Wismanadi, 2017, Lestari et al., 2021).

Perasaan cemas bisa saja terjadi pada atlet dalam kondisi apapun, contohnya pada saat menghadapi pertandingan dengan waktu yang lama dan ternyata atlet atau tim mengalami kegagalan sehingga timbul perasaan cemas bahkan takut dalam dirinya. Ditambah lagi dengan kondisi atlet yang baru pertama kali ikut turnamen yang membuat tingkat kecemasan yang akan terjadi di pertandingan menjadi tinggi. Perasaan cemas bisa terjadi karena adanya beberapa faktor dan juga karena situasi, seperti takut dimarahi pelatih, takut salah, merasa tidak mampu melaksanakan pertandingan, dan masi banyak yang lainnya. Terjadinya kecemasan pada atlet yang membuat penampilannya dalam bertanding jadi tidak maksimal, sehingga dapat merugikan dirinya sendiri bahkan terjadi gangguan dalam tim. Kecemasan merupakan kondisi yang hampir semua orang pernah mengalaminya namun tarafnya berbeda beda (Sukirno, 2016: 116 , Riyanto and Riyoko, 2020).

Penjelasan sebelumnya menyimpulkan bahwa kecemasan itu timbul berkaitan dengan emosional pemain tersebut. Rasa cemas adalah suatu reaksi emosional. Menurut (Suralaga, 2021: 64), Seorang pemain dapat mengelola kecemasan dengan baik, ia dapat mengatur pikiran dan perilakunya meskipun dalam keadaan cemas. Atlet dengan kecerdasan emosional dapat mengatasi kecemasan dan ketegangan saat menghadapi persaingan. Atlet dengan kecerdasan emosional yang buruk dapat mempengaruhi kemampuan mental, pemain takut yang mengakibatkan performanya saat bertanding terganggu sehingga mengalami kekalahan.

Tim Futsal Romanita FC adalah tim yang menjadi subjek penelitian ini. Tim ini berdiri pada tanggal 27 Oktober 2019 di Kota Dumai, Provinsi Riau. Tim Romanita FC berisikan anggota atau atlet yang semuanya adalah wanita. Terdiri dari usia 15-26 tahun. Dilihat dari pencapaian prestasi, tim Romanita FC ini sering memenangkan suatu turnamen antar kota atau daerah. Disetiap tahunnya, tim Romanita FC mencari regenerasi agar terus menciptakan atlet yang berprestasi. Namun, adakalanya kendala berupa perubahan yang terjadi pada kondisi atlet yakni kondisi psikologis yang berdampak buruk bagi performa pemain.

Berdasarkan hasil observasi peneliti yang dilakukan beberapa kali terhadap para pemain, menunjukkan perilaku tegang, kaku, gelisah, menurunnya performa permainan dan fisik, serta hilangnya konsentrasi yang menjadi timbulnya kecemasan saat bertanding. Untuk mengetahui benar atau tidak adanya tanda-tanda kecemasan tersebut, peneliti melakukan wawancara terhadap pemain futsal di Tim Romanita FC Kota Dumai.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Wawancara dilakukan pada saat setelah pertandingan atau turnamen selesai bergulir. Peneliti menanyakan beberapa subjek berjumlah sepuluh atlet. Hasil wawancara yaitu, delapan dari sepuluh atlet mengatakan bahwa muncul adanya kecemasan pada diri mereka. Hal ini ditandai dengan timbulnya rasa grogi, jantung berdetak cepat, keluar keringat dingin yang akhirnya mengganggu konsentrasi pemain pada saat akan menghadapi pertandingan. Sedangkan dua dari sepuluh atlet lainnya mengatakan bahwa mereka mampu mengatasi gejala kecemasan dengan kecerdasan emosi yang dimiliki atlet tersebut.

METODE

Korelasional merupakan jenis penelitian ini yang bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel X (*emotional quotient*) dan variabel Y (*competitive anxiety*). Populasi merupakan wilayah keseluruhan yang terdiri dari objek/subyek yang mempunyai kualitas tertentu kemudian diambil kesimpulannya (Sugiyono 2013). Populasi dalam penelitian berisikan seluruh atlet atau pemain futsal tim Romanita FC Kota Dumai, yaitu berjumlah 20 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi (Sugiyono 2013), dengan menggunakan teknik *total sampling* sebanyak 20 orang sampel. Lokasi penelitian dilakukan di Lapangan Futsal Tim Futsal Romanita FC Kota Dumai pada tanggal 12 Juli 2022. Data yang terkumpul, dianalisis dengan cara statistik deskriptif dan dengan aplikasi *IBM SPSS Statistics 28*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Deskriptif

Emotional quotient/kecerdasan emosional dan *competitive anxiety*/kecemasan bertanding merupakan variabel penelitian ini. Pernyataan pada angket kecerdasan emosi berjumlah 19 butir dan pernyataan pada angket kecemasan bertanding berjumlah 24 butir dengan responden sebanyak 20 atlet. Hasil selengkapnya disajikan dalam Tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif

Variabel	N	Mean	St.deviation
<i>Emotional Quotient (X)</i>	20	69	6
<i>Competitive Anxiety (Y)</i>	20	47	22

Untuk melihat tingkat *emotional quotient* dan *competitive anxiety*, akan disajikan pada tabel kategorisasi sebagai berikut.

Tabel 2. Kategorisasi *Emotional Quotient*

Kategori	Interval Penilaian	Frekuensi	Presentase
Sangat Rendah	$X < 60$	3	15 %
Rendah	$60 < X \leq 66$	3	15 %
Cukup	$66 < X \leq 72$	4	20 %
Tinggi	$72 < X \leq 78$	10	50 %
Sangat Tinggi	$X > 78$	0	0 %
Total		20	100%

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa *emotional quotient* pemain futsal Romanita FC Kota Dumai untuk kategori “sangat rendah” 15% (3 orang), “rendah” 15% (3 orang), “cukup” 20% (4 orang), “tinggi” 50% (10 orang), dan “sangat tinggi” 0% (tidak ada). Berikut penggambaran histogram distribusi frekuensi *emotional quotient*/kecerdasan emosi.

Tabel 3. Kategorisasi *Competitive Anxiety*

Kategori	Interval Penilaian	Frekuensi	Presentase
----------	--------------------	-----------	------------

Dipublikasikan Oleh :

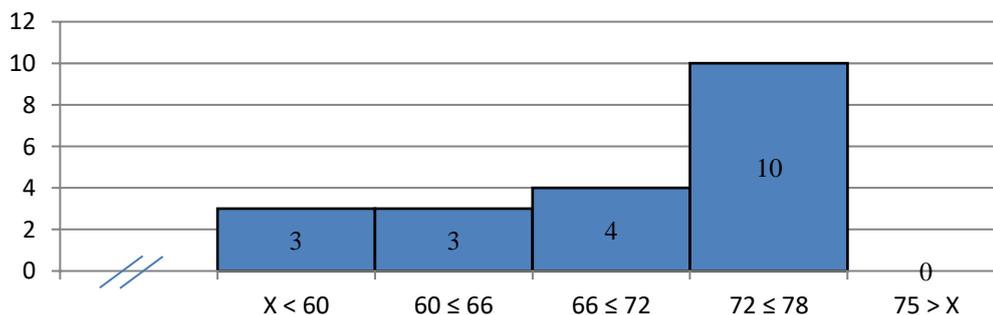
UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

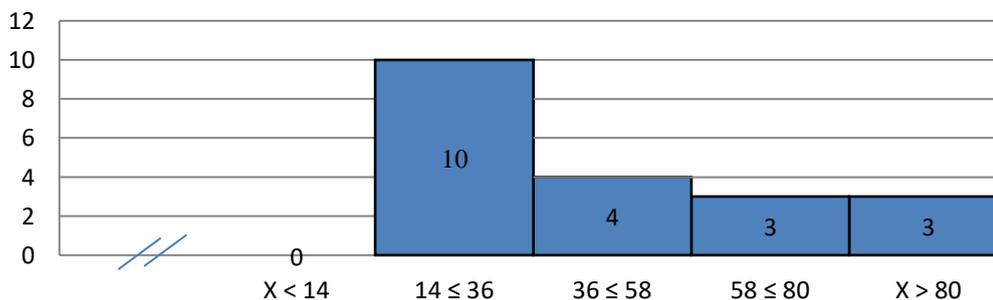
Sangat Rendah	$X < 14$	0	0 %
Rendah	$14 < X \leq 36$	10	50 %
Cukup	$36 < X \leq 58$	4	20 %
Tinggi	$58 < X \leq 80$	3	15 %
Sangat Tinggi	$X > 80$	3	15 %
Total		20	100%

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan bahwa tingkat *competitive anxiety* pemain futsal Romanita FC Kota Dumai untuk kategori “sangat rendah” 0% (tidak ada), “rendah” 50% (10 orang), “cukup” 20% (4 orang), “tinggi” 15% (3 orang), dan “sangat tinggi” 15% (3 orang).

Berikut adalah penggambaran histogram *emotional quotient* dan *competitive anxiety* :



Gambar 1. Histogram *Emotional Quotient* Pemain Futsal Romanita FC Kota Dumai.



Gambar 2. Histogram *Competitive Anxiety* Pemain Futsal Romanita FC Kota Dumai.

Uji Normalitas Data

Shapiro-Wilk dipakai untuk menguji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah data normal atau tidaknya suatu sebaran, kaidah yang digunakan adalah jika nilai $p_{hitung} > (\alpha = 0,05)$ berarti berdistribusi normal, dan jika $p_{hitung} < (\alpha = 0,05)$ berarti tidak berdistribusi normal. Hasil perhitungan dapat dilihat pada rangkuman sebagai berikut :

Tabel 4. Rangkuman Uji Normalitas

Variabel	p	α	Ket.
Kecerdasan Emosi (X)	0,013	0,05	NORMAL
Kecemasan Bertanding (Y)	0,009	0,05	NORMAL

Uji Linieritas Data

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier atau tidak linier. kaidah yang digunakan adalah jika nilai $p_{hitung} > (\alpha = 0,05)$ dinyatakan linier, dan jika $p_{hitung} < (\alpha = 0,05)$ berarti tidak linier Hasil perhitungan dapat disajikan pada rangkuman tabel berikut :

Tabel 5. Rangkuman Uji Linieritas

Linieritas	<i>p</i>	<i>A</i>	Ket.
Variabel (X) – Variabel (Y)	0,357	0,05	LINIER

Uji Korelasi

Analisis korelasi sederhana dengan *pearson correlations* digunakan untuk menguji hipotesis dan untuk mendapat hasil yang sudah diajukan pada hipotesis penelitian yakni apakah ada hubungan antara kedua variabel. Berikut hasil uji korelasi sederhana dengan *pearson correlations*.

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Sederhana dengan Pearson Correlations

		KECERDASAN	KECEMASAN
KECERDASAN	<i>Pearson Correlation</i>	1	-.992**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		.000
	<i>N</i>	20	20
KECEMASAN	<i>Pearson Correlation</i>	-.992**	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	
	<i>N</i>	20	20

Dari tabel uji korelasi sederhana dengan *pearson correlations* di atas menunjukkan bahwa nilai rhitung (*pearson correlations*) pada hasil uji korelasi sederhana diketahui bahwa nilai rhitung untuk hubungan kecerdasan emosi (X) dengan kecemasan bertanding (Y) adalah $r_{hitung} = -0,992 > r_{tabel} = 0,423$. Maka “Terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan bertanding pada tim futsal Romanita FC Kota Dumai”.

Pembahasan

Hasil analisis yang telah dilakukan di atas diperoleh hipotesis yang berbunyi ada hubungan (negatif) yang signifikan antara *emotional quotient* dengan *competitive anxiety* pada tim futsal Romanita FC Kota Dumai, maka pengajuan hipotesis diterima. Hasil perhitungan data analisis deskriptif variabel *emotional quotient* diperoleh *mean* = 69 dengan *standart deviation* = 6 dan variabel *competitive anxiety* diperoleh *mean* = 47 dengan *standart deviation* = 22. Kemudian untuk membuktikan data berdistribusi normal dengan nilai $0,013 > 0,05$ (*emotional quotient*) dan nilai $0,09 > 0,05$ (*competitive anxiety*). Dilanjutkan dengan hasil yang menyatakan linier, $0,357 > 0,05$. Dan terakhir hasil analisis hubungan memakai *pearson correlations* yang diperoleh, yakni $r_{hitung} = -0,992 > r_{tabel} = 0,423$. Berdasarkan nilai rhitung = -0,992 yang diperoleh, maka tingkat Hubungan *Emotional Quotient* Dengan *Competitive Anxiety* Pada Tim Futsal Romanita FC Kota Dumai mempunyai hubungan dalam kategori sangat kuat (0,80 s/d 1,000).

Berdasarkan hasil tabel kategorisasi *emotional quotient*, mengungkapkan bahwa(50%) atlet dikategori “tinggi” yakni berjumlah 10 orang subjek. Kemudian 15% (3 orang) subjek dikategori “sangat rendah”, 15% (3 orang) subjek dikategori “rendah”, 20% (4 orang) subjek dikategori “cukup”, dan 0% (tidak ada) subjek dikategori “sangat tinggi”. Dan berdasarkan hasil dari tabel kategorisasi tingkat *competitive anxiety*, mengungkapkan bahwa (50%) atlet dikategori “rendah” yakni berjumlah 10 orang subjek. Kemudian, 0% (tidak ada) subjek dikategori “sangat rendah”, 20% (4 orang) subjek dikategori “cukup”, 15% (3 orang) subjek dikategori “tinggi”, dan 15% (3 orang) subjek dikategori “sangat tinggi”.

Menurut (Tangkudung, 2018: 232), emosi adalah reaksi terhadap rangsangan yang dari luar ataupun dari dalam diri individu. Ada lima aspek yang terdapat dalam kecerdasan emosional, yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (Putro, 2020: 66). Serupa dengan pendapat Goleman (2015) dalam (Pradnyaswari and Budisetyani, 2018: 223) Kecerdasan emosional memiliki lima dimensi, yaitu mampu mengidentifikasi emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, empati, dan kompeten secara sosial. Dilanjutkan menurut Goleman (2002) dalam (Ravaie, 2014: 59), Teknik pengaturan emosi memungkinkan atlet pandai membuang emosi negatif, sehingga menghilangkan atau mengurangi kecemasan dalam menghadapi persaingan. Kemampuan untuk memproses emosi dan menyalurkan impuls dengan benar dapat mengubah

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

kecemasan ke tingkat yang lebih tinggi. Kecemasan tentang kegagalan atau pengaruh lain mendorong atlet untuk berlatih lebih keras dalam persiapan untuk pertandingan.

Tim futsal Romanita FC kebanyakan berisikan pemain-pemain amatir, dikarenakan tim ini masih bertanding pada kejuaraan atau turnamen tingkat kota saja. Atlet amatir seperti tim Romanita FC ini banyak yang sering mengalami kecemasan ketika melakukan pertandingan. Hal tersebut bisa terjadi karena pelatih kurang peka dalam memantau kondisi atlet pada saat pertandingan maupun latihan dan terjadi juga karena pelatih yang kurang melatih mental atletnya. Oleh karena itu seorang pelatih harus mampu bisa membantu atlet dalam mengatasi kecemasan yang dialaminya. Selain dari faktor pelatih, kecemasan yang muncul pada pemain juga dipengaruhi oleh faktor lain yakni rasa takut karna melihat lawan yang fisik dan tekniknya lebih bagus (Baraja, 2004 dalam Darmawan, 2014: 49).

Menurut Jarvis (1999) dalam jurnal (Pradnyaswari and Budisetyani, 2018: 223-224) ada dua faktor yang mempengaruhi *competitive anxiety*, yakni situasional dan pengharapan. Situasional meliputi kepentingan, harapan, ketidakpastian kompetisi, dan faktor individu meliputi kecemasan sifat, harga diri, dan efikasi diri, dan pentingnya kompetisi menentukan tingkat kecemasan pada atlet. Semakin penting permainan, semakin banyak tekanan yang dirasakan atlet selama pertandingan. Kemudian pengharapan, jika seorang atlet berharap sesuatu terlalu tinggi dapat membuat stres juga berdampak tidak baik pada atlet dan tim individu. Dalam permainan ada faktor lain yaitu ketidakpastian seperti tekanan.

Kecemasan adalah kata yang menggambarkan kondisi atau perasaan takut dan gugup terhadap sesuatu (Pamungkas, 2018: 3). Setyobroto (2002) dalam jurnal (Ravaie, 2014: 60) menambahkan bahwa perasaan cemas mudah timbul pada atlet yang takut akan kegagalan. Kecemasan yang timbul sebelum pertandingan dapat mengakibatkan ketakutan akan kegagalan yang diolah oleh salah satu komponen kecerdasan emosi yaitu optimisme. Kecemasan bisa timbul kapan saja dan yang menjadi penyebabnya ialah ketegerangan yang berlebihan (Mylsidayu, 2014: 42).

Menurut (Aufa 2019: 57) kecemasan yang dialami seorang atlet selama bertanding dapat menjadi motivasi atau beban. Kecemasan menjadi motivasi ketika seorang atlet itu mampu bangkit dan merubah situasi atau kondisi nya yang sedang merasa cemas maupun takut menjadi penyemangat untuk dirinya. Sedangkan kecemasan menjadi beban ketika seorang atlet tidak mampu untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya dan menyerah dengan keadaan yang atlet alami. Kecemasan menurut Drajat (1982) dalam jurnal (Ravaie, 2014) mengatakan bahwa kecemasan bisa timbul dari gejala fisikis dan psikis. Fisikis/fisik seperti pencernaan tidak teratur, jantung berdetak kencang, dan berkeringat banyak terjadi. Sedangkan gejala atau reaksi psikologis adalah perubahan psikologis seperti kurangnya perhatian, ketakutan, dll. Oleh karena itu, seorang atlet harus memiliki kecerdasan dalam mengelola, mengendalikan dan mengatur emosi nya sehingga kecemasan yang terjadi dapat diatasi.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, dengan nilai $r_{hitung} = -0,992 > r_{tabel} = 0,423$. Maka dapat ditarik kesimpulan, “Ada hubungan (negatif) yang signifikan antara *emotional quotient* dengan *competitive anxiety* pada tim futsal Romanita FC Kota Dumai..

REFERENSI

- Aufa, Imania. 2019. “HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KECEMASAN PADA PEMAIN FUTSAL UNY SAAT MENGHADAPI PERTANDINGAN” 8 (5): 55.
- Darmawan, Rachmad. 2014. “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Sebelum Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Futsal” 59 (2014): 1–8.
- Fernanlampir, Dr. Albertus & Faruq, Dr. Muhammad Muhyi. (2015). *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta : CV. ANDI OFFSET.
- Giriwijoyo, Y.S. Santoso. 2014. “Manusia Dan Olahraga.” *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* 7 (2): 107–15.
- Ilahi, Ade. 2020. “SKRIPSI_ADE_MULYANI-2.Pdf.”
- Jaya, Asmar. (2014). *Futsal (Gaya Hidup, Peraturan dan Tips-Tips Permainan)*. Yogyakarta : Pustaka Timur.
- Lhaksana, Justinus. (2014). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Depok : Be Champion (Penebar Swadaya Group).
- Lestari, Nerri, Dzihan Khilmi Ayu Firdausi, Karmila Sari, Peri Sagita, Cici Cahyati, Denis Kariato, Regi

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

- Prasetyo, and Decky Irawan. 2021. "Tingkat Kecemasan Dan Motivasi Atlet Basket Bangka Belitung Saat Menjelang Pertandingan." *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga* 4 (2): 10. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.5378>.
- Mylsidayu, Apta. (2014). *Psikologi Olahraga*. Malang : Bumi Aksara.
- Pamungkas, Joko Adi. 2018. "Kecemasan & Serangan Panik." *U.S Depertement Of Health & Human Services. National Institute of Mental Health. Joko Adi Pamungkas, Anta Samara*, 0–39.
- Pradnyaswari, Anak Agung Ayumas, and I Gusti Putu Wulan Budisetyani. 2018. "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Softball Remaja Putri Di Bali." *Jurnal Psikologi Udayana* 5 (01): 218. <https://doi.org/10.24843/jpu.2018.v05.i01.p20>.
- Putro, Danang Endarto. 2020. "The Relation of Emotional Intelligence With Anxiety of Stkip Pgri Pacitan Volleyball Athletes in Irasco Cup 2020 Tournaments." *JSH: Journal of Sport and Health* 1 (2): 64–69. <http://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/JSH/article/view/1229>.
- Ravaie, Y. R. F. 2014. "Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Menghadapi Pertandingan Olah Raga."
- Riyanto, Arif, and Endie Riyoko. 2020. "SURVEI TINGKAT KECEMASAN (ANXIETY) SISWA DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN SEPAKBOLA DI SMP NEGERI SE-KECAMATAN LALAN Dipublikasikan Oleh : UPT Publikasi Dan Pengelolaan Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin UPT Publikas." *Jurnal Pendidikan Olahraga* 3 (2): 55–60.
- Sugiyono, D. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Tindakan*.
- Suralaga, Fadhilah. 2021. *Psikologi Pendidikan IMPLIKASI DALAM PEMBELAJARAN*. Vol. 59.
- Tangkudung, Prof.Dr.dr. James. (2018). *Sport Psychometrics* (Vol. 1, Issues 978-602-425-590–9).