

KEMATANGAN EMOSI PADA ATLET WOODBALL KABUPATEN TABANAN

Oleh:

Made Sastra Purnadinata

Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

ABSTRAK

Kematangan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya, baik dari dalam maupun dari luar dirinya, selain itu dengan matangnya emosi maka individu dapat bertindak tepat dan wajar sesuai dengan situasi dan kondisi dengan tetap mengedepankan tugas dan tanggung jawabnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan kematangan emosi pada atlet woodball. Woodball adalah jenis olahraga yang dimainkan dengan palu kayu dan bola kayu yang menggelinding memiliki kemiripan dengan golf. Tujuan olahraga ini sangat sederhana, untuk memukul bola kayu melalui gerbang kecil yang lebarnya sedikit lebih besar dari bola. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan dalam penelitian ini berjumlah 13 orang, dimana setelah dilakukan penelitian hampir semuanya sudah memiliki kematangan emosi yang baik. Data yang diperoleh dari penelitian ini merupakan hasil wawancara semi terstruktur dengan pemilihan informan menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet woodball Kabupaten Tabanan baik laki-laki maupun perempuan dan pernah mengikuti kejuaraan woodball wilayah Bali. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kematangan emosi pada atlet woodball didasari oleh tujuh kriteria yaitu kemandirian, kemampuan merespon dengan tepat, kemampuan menerima kenyataan, kemampuan beradaptasi, rasa aman, kemampuan berempati, serta kemampuan menguasai amarah.

Kata Kunci : atlet woodball, kematangan emosi

ABSTRAK

Emotional maturity is a person's ability to control and control their emotions, both from within themselves and from outside themselves, in addition, with emotional maturity, individuals can act appropriately and reasonably according to the situation and conditions while still prioritizing their duties and responsibilities. The purpose of this study was to determine and describe emotional maturity in woodball athletes. Woodball is a type of sport that is played using a wooden mallet and a rolled wooden ball that is similar to golf. The goal of this sport is very simple, which is to hit the wooden ball through a small gate that is slightly wider than the ball. The research method used in this study is qualitative with a phenomenological approach. The informants in this study numbered 13 people, where after the study was conducted almost all of them had good emotional maturity. The data obtained from this study were the results of semi-structured interviews with the selection of informants using purposive sampling techniques. The criteria for informants used in this study were woodball athletes from Tabanan Regency, both male and female, and had participated in the Bali woodball championship. The results of this study indicate that emotional maturity in woodball athletes is based on seven criteria, namely independence, ability to respond appropriately, ability to accept reality, ability to adapt, sense of security, ability to empathize, and ability to control anger.

Keywords: woodball athletes, emotional maturity