

TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP PERFORMA PEMAIN SEPAK BOLA BHAYANGKARA PRESISI LAMPUNG U-16 DI EPA SUPER LEAGUE

Yogi Hamdani Putra*, Imam Syafii, Mohammad Faruk, Fransisca Januarumi Marhaendra Wijaya

S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

yogi.22079@mhs.unesa.ac.id

Dikirim: 20-05-2026; Direview: 20-05-2026; Diterima: 30-05-2026;

Diterbitkan: 30-05-2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dengan performa pemain sepak bola. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, mengelola, dan mengendalikan emosi diri sendiri serta memahami emosi orang lain yang diduga berperan dalam meningkatkan performa olahraga. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel penelitian terdiri dari pemain sepak bola Bhayangkara Presisi Lampung U-16 yang berjumlah 22 pemain yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah angket kecerdasan emosional dan penilaian performa pemain. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,080 dengan signifikansi 0.723 ($>0,05$). Hal ini berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan performa pemain. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional bukan merupakan faktor yang berpengaruh secara langsung terhadap performa pemain sepak bola Bhayangkara Presisi Lampung U-16, terdapat faktor lain yang lebih dominan seperti kondisi fisik, keterampilan teknik, dan strategi permainan. Oleh karena itu, Pelatih diharapkan untuk tidak menjadikan kecerdasan emosional sebagai fokus utama dalam peningkatan performa pemain. Program latihan sebaiknya lebih diprioritaskan pada pengembangan aspek fisik, teknik, dan taktik yang terbukti memiliki kontribusi langsung terhadap performa di lapangan.

Kata kunci: kecerdasan emosional, performa pemain, sepak bola

Abstract

This study aims to determine the relationship between the level of emotional intelligence and the performance of football players. Emotional intelligence refers to an individual's ability to recognize, manage, and control their own emotions, as well as to understand the emotions of others, which is assumed to contribute to improved sports performance. This research employed a quantitative method with a correlational approach. The sample consisted of 22 Bhayangkara Presisi Lampung U-16 football players selected using a purposive sampling technique. The instruments used were an emotional intelligence questionnaire and player performance assessments. The data analysis technique used the Pearson Product Moment correlation test. The results showed that the correlation coefficient was 0.080 with a significance value of 0.723 (>0.05). This indicates that there is no significant relationship between emotional intelligence and player performance. The study concludes that emotional intelligence is not a direct influencing factor on the performance of Bhayangkara Presisi Lampung U-16 football players. Other factors, such as physical condition, technical skills, and game strategies, play a more dominant role. Therefore, coaches are advised not to prioritize emotional intelligence as the main focus in improving player performance. Training programs should instead emphasize the development of physical, technical, and tactical aspects, which have been proven to contribute directly to on-field performance.

Keywords: emotional intelligence, player performance, football

PENDAHULUAN

Sepak bola didefinisikan sebagai cabang olahraga bola besar yang dimainkan menggunakan kaki dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan serta mempertahankan gawang sendiri sesuai regulasi yang berlaku (Muzaffar & Sandi, 2018). Di Indonesia, popularitas olahraga ini merambah ke seluruh lapisan masyarakat, memicu pertumbuhan klub-klub baik di wilayah urban maupun rural. Fenomena ini tercermin dari masifnya kompetisi di berbagai level dari tingkat desa hingga internasional yang bertujuan untuk menjangkau talenta muda berbakat. Meskipun performa atlet ditentukan oleh aspek fisik, teknik, taktik, dan mental, kendala emosional di lapangan sering kali menjadi penghambat yang menurunkan efektivitas elemen-elemen pendukung tersebut.

Kondisi psikologis atau mental dapat mempengaruhi performa pemain saat bertanding. Faktor psikologis yang dapat mempengaruhi performa pemain tersebut bersifat langsung dan tidak langsung. Faktor utama meliputi aspek emosional seperti perasaan, tekanan, dan kecemasan yang berlebihan, sementara faktor sekunder berhubungan dengan hal-hal non-teknis, misalnya kondisi tempat pertandingan, kenyamanan perlengkapan, situasi di lapangan, serta keberadaan penonton (Aninda, 2019). Pemain yang tidak memiliki kesiapan mental yang matang sebelum menghadapi pertandingan, terutama melawan lawan yang kuat, cenderung mengalami keraguan serta penurunan rasa percaya diri. Kondisi ini dipengaruhi oleh gejala emosi yang muncul dalam diri pemain, seperti rasa takut, kecemasan, kemarahan, dan kekhawatiran. Apabila emosi tersebut muncul dalam intensitas yang tinggi, hal ini mengganggu penampilan pemain dalam mencapai performa dan prestasi yang optimal. Pada dasarnya, emosi merupakan dorongan yang berasal dari pola pikir dan perasaan individu yang memengaruhi tindakan, serta menjadi respons spontan dalam menghadapi berbagai situasi yang terbentuk secara bertahap dalam diri seseorang.

Emosi dalam konteks olahraga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku individu, termasuk dapat mengganggu koordinasi Gerak halus maupun Gerakan kompleks, serta dapat menurunkan kinerja di lapangan (Yusuf, 2024). Peningkatan Tingkat stress selama pertandingan juga berpotensi menimbulkan respons negative, baik secara fisik maupun psikologis, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan performa pemain. Kondisi tersebut dapat ditandai dengan munculnya ketegangan, denyut nadi meningkat, keringat dingin, rasa cemas berlebih terhadap hasil pertandingan, serta kesulitan dalam menjaga fokus dan konsentrasi. Situasi ini sering menyebabkan pemain tidak mampu menampilkan performa secara optimal. Sebuah pertandingan memiliki dua sisi dampak emosional yaitu emosi positif dan negative, emosi positif sendiri berperan sebagai energi psikologis yang memperkuat motivasi, kepercayaan diri dan ikatan sosial atau Kerjasama tim,

hal ini dapat mendukung Kesehatan mental dan memperkuat ketahanan psikologis individu. Sebaliknya emosi negative juga dapat mengikis kondisi psikologis, memicu stress, dan dapat mengganggu performa saat bertanding (Firdaus et al., 2024). Oleh karena itu, kemampuan mengendalikan emosi menjadi faktor kunci agar pemain mampu mengambil sisi positif dari setiap pertandingan, baik saat menang maupun kalah.

Berdasarkan dari hasil observasi dan wawancara pada pelatih tim Bhayangkara Presisi Lampung U-16 juga ditemukan beberapa masalah seperti pemahaman teknik, taktik maupun kondisi psikisnya yang kurang baik sehingga beberapa pemain kurang bisa mengontrol emosi seperti munculnya rasa ketidakpercayaan diri, panik, ambisi ingin cepat balas gol, takut melakukan kesalahan maupun cemas pada saat tim tertinggal lebih dahulu, dan merasa puas diri, nyaman, terlalu percaya diri yang membuat kontrol permainan menurun pada saat tim mencetak gol terlebih dahulu. Oleh karena itu berdasarkan masalah yang sudah dideskripsikan di atas tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Kecerdasan Emosional Terhadap Performa Pemain Sepak Bola Bhayangkara Presisi Lampung U-16 di EPA Super League”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain korelasional. Pendekatan ini digunakan untuk menganalisis sejauh mana hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dengan performa pemain ketika berada di lapangan, yang nantinya akan diperkuat dengan hasil perhitungan angka dalam bentuk persentase. Melalui pendekatan ini, peneliti ingin melihat gambaran yang jelas mengenai kontribusi aspek emosi terhadap kualitas performa pemain saat bertanding. Untuk memberikan gambaran yang lebih sederhana dan sistematis mengenai alur serta keterkaitan antar variabel tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Bhayangkara Presisi Lampung U-16 yang berjumlah 30 orang. Sampel penelitian ini menerapkan teknik purposive sampling untuk menentukan subjek penelitian. Teknik ini dipilih agar sampel yang diambil sesuai dengan kriteria spesifik. Berdasarkan persyaratan tersebut, diperoleh sebanyak 22 pemain yang memenuhi kriteria sebagai sampel penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan terdiri atas angket kecerdasan emosional dan Games Performance Assessment Instrument (GPAI). Angket kecerdasan emosional digunakan untuk mengevaluasi kapasitas individu dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosi, baik yang bersumber dari dalam diri sendiri maupun dalam interaksi dengan orang lain, termasuk kemampuan dalam menjalin hubungan antar pribadi

yang positif, sedangkan Games Performance Assessment Instrument (GPAI digunakan untuk untuk menilai pengetahuan taktis dan kinerja para pemain sepak bola. Instrumen terlebih dahulu diuji kelayakannya sebelum digunakan dalam pengambilan data.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik deskriptif persentase, uji normalitas, analisis korelasi pearson's product moment, dan uji efektivitas melalui koefisien determinasi. Uji prasyarat menunjukkan bahwa data berdistribusi normal sehingga analisis hubungan antar variabel dapat dilakukan dan menggunakan uji korelasi Pearson's Product Moment. Pengujian hipotesis dilakukan dengan taraf signifikansi 0,05. Seluruh proses analisis data dibantu menggunakan perangkat lunak statistik SPSS.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persentase dan hubungan antara tingkat kecerdasan emosional terhadap performa pemain saat bertanding. Berikut adalah informasi lengkap mengenai tingkat kecerdasan emosional terhadap performa pemain.

Tabel 1. Nilai Kecerdasan emosional

Keterangan	Nilai
N	22
Mean	144,82
Std. Deviation	8,399
Minimum	129
Maximum	160

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional pemain sepak bola Bhayangkara Presisi Lampung U-16 memiliki skor terendah 129, skor tertinggi 160, rerata 144,82, dan standar deviasi 8,399. Jika ditinjau dari nilai rata-rata keseluruhan sebesar 144,82, maka tingkat kecerdasan emosional para pemain secara kolektif dapat diklasifikasikan ke dalam kategori "Baik".

Tabel 2. Nilai performa pemain

Keterangan	Nilai
N	22
Mean	22,59
Std. Deviation	2,922

Minimum	16
Maximum	28

Hasil analisis data menunjukkan bahwa performa pemain sepak bola Bhayangkara Presisi Lampung U-16 memiliki skor terendah 16, skor tertinggi 28, rerata 22,59, dan standar deviasi 2,922. Jika ditinjau dari nilai rata-rata keseluruhan sebesar 144,82, maka performa pemain para pemain secara kolektif dapat diklasifikasikan ke dalam kategori "Baik".

Uji Normalitas

Tabel 3. Uji normalitas

Variabel	Sig.	Keterangan
Kecerdasan Emosional	0,200	Normal
Performa Pemain	0,156	Normal

Merujuk pada hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 untuk variabel kecerdasan emosional dan 0,156 untuk variabel performa pemain. maka dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel tersebut berdistribusi normal.

Uji Korelasi Pearson Product Moment

Tabel 4. Uji korelasi pearson product moment

	Performa pemain		Keterangan
	Pearson Corellation	Sig.	
Kecerdasan emosional	0,080	0,723	Tidak Ada Hubungann

Berdasarkan hasil uji Korelasi Pearson's Product Moment, diperoleh nilai korelasi antara variabel Kecerdasan Emosional (X) terhadap variabel Performa Pemain (Y) sebesar 0,080 dengan nilai signifikansi sebesar 0,723. Mengingat nilai signifikansi tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan performa pemain pada EPA Bhayangkara Presisi Lampung U-16.

Uji Efektivitas

Berdasarkan data hasil kuesioner dan formulir penilaian performa dari 22 responden, diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,080. Hasil tersebut menunjukkan bahwa besarnya hubungan atau pengaruh variabel X terhadap variabel Y adalah sebesar 8%. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel tersebut dikategorikan sangat rendah, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar variasi pada performa pemain dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel kecerdasan emosional.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,080 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,723. Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan performa pemain berada pada kategori sangat lemah. Sementara itu, perolehan nilai signifikansi yang lebih besar dari ambang batas 0,05 mengindikasikan bahwa hubungan di antara kedua variabel tersebut tidak signifikan secara statistik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini, kecerdasan emosional tidak memiliki kontribusi atau hubungan yang bermakna terhadap performa pemain di lapangan. Hal ini menegaskan bahwa fluktuasi pada variabel kecerdasan emosional tidak serta-merta diikuti oleh perubahan pada variabel performa pemain secara konsisten.

Secara teoritis, Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk menyadari, memahami, dan mengatur emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. Dalam konteks olahraga, kecerdasan emosional sering dikaitkan dengan kemampuan pemain dalam mengontrol tekanan, menjaga konsentrasi, serta membangun kerja sama tim yang baik. Namun demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap performa pemain, sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor ini bukanlah penentu utama dalam peningkatan kinerja pemain. Temuan ini sejalan dengan hasil meta-analisis yang dilakukan oleh Kopp dan Jekauc (2018) yang menyatakan bahwa hubungan antara emotional intelligence dan performa olahraga cenderung bersifat kecil serta dipengaruhi oleh jenis olahraga, konteks pertandingan, dan instrumen pengukuran yang digunakan.

Hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan penelitian oleh Alyadi & Fadhil (2023) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan signifikan dengan keterampilan bermain sepak bola. Perbedaan hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan performa

pemain bersifat kontekstual, tergantung pada karakteristik sampel, instrumen penelitian, serta indikator performa yang digunakan. Pada penelitian Alyadi & Fadhil (2023), performa diukur melalui keterampilan teknis seperti dribbling, passing, dan shooting, yang mungkin lebih sensitif terhadap aspek psikologis dibandingkan performa pertandingan secara keseluruhan. Penelitian internasional oleh Noufe et al. (2024) juga menunjukkan bahwa emotional intelligence memiliki hubungan positif terhadap keterampilan bermain sepak bola, khususnya pada kemampuan teknis pemain.

Selain itu, penelitian dari Risqi & Arsila (2021) menunjukkan bahwa aspek psikologis seperti kecerdasan emosional lebih berperan dalam mendukung faktor lain seperti kepercayaan diri dan kohesivitas tim. Hal ini sejalan dengan penelitian Kopp et al. (2021) yang menjelaskan bahwa kecerdasan emosional lebih banyak berperan dalam regulasi emosi, coping stress, dan adaptasi psikologis atlet dibandingkan sebagai prediktor langsung performa olahraga. Dengan kata lain, kecerdasan emosional cenderung berfungsi sebagai faktor pendukung (supporting factor), bukan faktor utama.

Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Novriansyah et al. (2025) mengenai aspek psikologis dalam olahraga sepak bola menegaskan bahwa mental toughness merupakan faktor yang lebih dominan dalam memengaruhi performa pemain. Dimensi ini berkaitan erat dengan kapasitas seorang atlet dalam mengatasi tekanan tinggi, menjaga konsistensi permainan, serta mempertahankan fokus selama pertandingan berlangsung. Temuan tersebut didukung oleh penelitian Li et al. (2023) yang menyatakan bahwa mental toughness memiliki hubungan yang lebih kuat dan lebih konsisten terhadap performa atlet dibandingkan variabel psikologis lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa dibandingkan dengan kecerdasan emosional, variabel psikologis lain seperti ketangguhan mental mungkin memiliki pengaruh yang lebih signifikan dan langsung terhadap capaian performa pemain di lapangan.

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan dalam penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui pendekatan multidimensional dalam performa olahraga. Performa pemain tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis, tetapi juga oleh faktor fisik, teknik, dan taktik. Dalam banyak kasus, faktor kondisi fisik seperti kekuatan, daya tahan, dan kecepatan yang merupakan aspek penting dan menjadi dasar atau pondasi dalam pengembangan teknik, taktik, strategi dan pengembangan mental (Syafii et al., 2025). Selain itu, faktor teknik seperti keterampilan individu, memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap performa dibandingkan faktor psikologis. Oleh karena itu, meskipun kecerdasan emosional penting dalam

menjaga stabilitas mental, pengaruhnya terhadap performa cenderung tidak langsung.

Selain itu, kemungkinan adanya homogenitas data pada variabel kecerdasan emosional juga dapat mempengaruhi hasil penelitian. Jika sebagian besar responden memiliki tingkat kecerdasan emosional yang relatif sama, maka variasi data menjadi kecil sehingga hubungan yang dihasilkan juga rendah. Di samping itu, situasi pertandingan yang tidak terlalu menekan atau tingkat kompetisi yang relatif seimbang juga dapat menyebabkan kecerdasan emosional tidak muncul sebagai faktor yang signifikan. Hal ini didukung oleh penelitian Şekerci et al. (2025) yang menyatakan bahwa pengaruh emotional intelligence terhadap performa pemain sepak bola sangat dipengaruhi oleh tingkat tekanan kompetisi dan goal commitment atlet.

Faktor lain yang dapat menjelaskan hasil penelitian ini adalah adanya variabel luar yang tidak diteliti, seperti motivasi, pengalaman bertanding, kualitas latihan, serta dukungan dari pelatih dan tim. Penelitian dari Sinangling et al. (2024) juga menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti konsentrasi dan kepercayaan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan performa dalam situasi tertentu, seperti tendangan penalti dalam futsal. Hal ini menunjukkan bahwa performa pemain lebih dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor dibandingkan satu variabel saja.

Dengan demikian, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa kecerdasan emosional bukan merupakan faktor utama yang mempengaruhi performa pemain. Kecerdasan emosional tetap memiliki peran penting, namun lebih sebagai faktor pendukung yang bekerja bersama variabel lain dalam meningkatkan performa. Oleh karena itu, dalam upaya meningkatkan performa pemain, pelatih dan praktisi olahraga perlu memperhatikan aspek yang lebih komprehensif, meliputi pengembangan fisik, teknik, taktik, serta mental secara menyeluruh.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat kecerdasan emosional terhadap performa pemain, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosional secara umum berada pada kategori baik, namun hal tersebut tidak terdapat hubungan signifikan terhadap performa pemain. Hasil uji korelasi pearson product moment menunjukkan nilai koefisien 0,080 dengan signifikansi 0,723, yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel. Hal ini menunjukkan bahwa fluktuasi pada tingkat kecerdasan emosional tidak diikuti secara konsisten oleh perubahan pada performa pemain di lapangan.

SARAN

Pemain diperlukan kesadaran bahwa kemampuan mengelola emosi bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan performa. Pemain diharapkan lebih menekankan pada peningkatan kualitas latihan, kedisiplinan, serta konsistensi dalam mengembangkan kemampuan teknis dan fisik. Kecerdasan emosional tetap perlu dilatih, namun lebih diarahkan pada situasi spesifik seperti menghadapi tekanan, konflik tim, dan momen krusial dalam pertandingan. Pelatih diharapkan untuk tidak menjadikan kecerdasan emosional sebagai fokus utama dalam peningkatan performa pemain. Program latihan sebaiknya lebih diprioritaskan pada pengembangan aspek fisik, teknik, dan taktik yang terbukti memiliki kontribusi langsung terhadap performa di lapangan. Namun demikian, pelatih tetap perlu mengintegrasikan latihan mental secara terstruktur, seperti simulasi tekanan pertandingan dan latihan pengambilan keputusan cepat, agar kecerdasan emosional dapat berfungsi secara optimal dalam situasi kompetitif. Bagi tim juga hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi strategis dalam melakukan evaluasi terhadap program pembinaan atlet. Pengembangan pemain tidak lagi hanya berfokus pada satu aspek tunggal, melainkan harus diintegrasikan secara proporsional antara latihan fisik, teknik, taktik, dan penguatan mental. Selain itu, penerapan sistem evaluasi berbasis data secara berkala sangat disarankan untuk memastikan program latihan berjalan lebih efektif, terukur, dan tepat sasaran.

REFERENSI

- Aninda. (2024). *Gambaran Tingkat Kecemasan Dan Faktor Penyebab Menghadapi Objective Structured Clinical Examination Pada Mahasiswa Kedokteran Di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas*. <http://scholar.unand.ac.id/>.
- Alyadi, S., & Fadhil, I. (2023). Hubungan kecerdasan emosional dengan keterampilan bermain sepak bola. *Jurnal Lentera*, 8(2), 45–52.
- Firdaus, M., Meiningsih, S., & Christina, E. (2024). Penerapan Games Fortune Teller Origami Sebagai Media Pengelolaan Emosi Siswa SMP Dalam Layanan. *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran*. 41(2), 94–105.
- Kopp, A., & Jekauc, D. (2018). The influence of emotional intelligence on performance in competitive sports: A meta-analytical investigation. *Sports*, 6(4), 175. <https://doi.org/10.3390/sports6040175>
- Kopp, A., Reichert, M., & Jekauc, D. (2021). Trait and ability emotional intelligence and its impact on sports performance of athletes. *Sports*, 9(5), 60. <https://doi.org/10.3390/sports9050060>
- Li, H., Lu, F., & Fan, J. (2023). Effects of mental toughness on athletic performance: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(6), 1317–1338.

<https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2204312>

- Muzaffar, A., & Sandi, S. (2018). *Sepakbola*. Jambi: Salim Media Indonesia.
- Novriansyah, Maulana Fajar, M., Ritanza, F., & Putra Utama J, E. (2025). Ketangguhan Mental dan Pemain Sepak Bola. *SENAM OLAHRAGA : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6 (2), 393–404.
- Noufè, S., Ihab, S., & Ahmed, R. (2024). Emotional intelligence and its relationship to the skill performance of football players. *Psychology and Education Journal*, 61(6).
- Risqi, F., & Arsila, S. (2021). Kecerdasan emosi, kepercayaan diri, dan kohesivitas dalam sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 1–10.
- Şekerci, K., Şahbudak, M., & Işıkgöz, M. E. (2025). The interplay of emotional intelligence and mental toughness in amateur soccer: The role of goal commitment. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1670502>
- Sinangling, R., Ariestika, E., Fahmi, F., & Richard Victorian, A. (2024). Hubungan antara konsentrasi dan kepercayaan diri dengan kemampuan tendangan penalti pada futsal. *Jurnal Sepakbola*, 4(2), 51–57.
- Syafii, I., Widodo, A., Faruk, M., & Kusuma, I. D. M. A. W. (2025). Pelatihan Pembinaan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Usia Muda Bagi Pelatih Sekolah Sepak Bola di Lingkungan Asosiasi PSSI Kabupaten Bangkalan. *PROFICIO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 149-153.
- Yusuf, M. S. (2024). Pengaruh Emosi terhadap Performa Atlet dalam Psikologi Olahraga. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 9(2), 162–169.