

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP KETERAMPILAN  
TEKNIK DASAR BOLA VOLI PADA SISWA EKTRAKULIKULER  
BOLA VOLI DI SMP NEGERI PURWOREJO**

Yusuf Maulana<sup>1</sup>, Marta Dinata<sup>2</sup>, M.Fajril Rifaldo<sup>3</sup>, Fransiskus Nurseto<sup>4</sup>  
Institusi/lembaga Penulis PENJAS FKIP Universitas Lampung  
Alamat e-mail : <sup>1</sup>yusufmau2004@gmail.com, <sup>2</sup>dinata356@gmail.com, <sup>3</sup>  
mfajrilrifaldo@fkip.unila.ac.id, <sup>4</sup>fransiskus.nurseto@fkip.unila.ac.id

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between emotional intelligence and basic volleyball technical skills in extracurricular students at SMP Negeri Purworejo. The type of research used is quantitative with a correlational design survey method, involving 20 students as research subjects. The results of the analysis showed a correlation coefficient of  $r = 0.889$  with a significance value of  $p = 0.000 < 0.05$ , which indicates a very strong and significant relationship between emotional intelligence and basic volleyball technical skills. Thus, the research hypothesis is accepted. In conclusion, emotional intelligence plays an important role in improving students' basic volleyball technical skills.*

*Keywords: Emotional Intelligence, Basic Volleyball Skills, Extracurricular Activities.*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan keterampilan teknik dasar bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri Purworejo. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode survei desain korelasional, melibatkan 20 siswa sebagai subjek penelitian. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,889 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000 < 0,05$ , yang menandakan adanya hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kecerdasan emosional dan keterampilan teknik dasar bola voli. Kesimpulannya, kecerdasan emosional berperan penting dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar bola voli siswa.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional, Teknik Dasar Bola Voli, Ekstrakurikuler

**A. Pendahuluan**

Olahraga adalah aktivitas fisik yang dilakukan oleh individu dari segala usia, mulai dari masa anak-anak hingga dewasa. Olahraga

memiliki berbagai tujuan dan bentuk pelaksanaannya, salah satu adalah olahraga prestasi dan olahraga pendidikan (Kurniawan, 2025). Secara keseluruhan, olahraga dapat dipahami

sebagai rangkaian aktivitas gerak atau aktivitas yang disusun dengan sistematis tertentu dan dilaksanakan berdasarkan aturan yang telah dijelaskan oleh (Tapo,2021).

Kecerdasan atau yang sering disebut dengan intelegensi, berasal dari bahasa latin *intelligere* yang mempunyai arti menghubungkan atau menyatukan berbagai hal. Secara sederhana,kecerdasan,mengambarkan kemampuan seseorang untuk berfikir, memahami, dan belajar dari pengalaman. Emosi adalah keadaan perasaan kompleks yang muncul sebagai respons terhadap rangsangan internal ataupun eksternal, dimana melibatkan aspek psikologis, fisiologis, dan perilaku.Emosi dapat bersifat positif seperti bahagia dan bangga,ataupun bersifat negatif seperti marah, takut dan sedih. Secara umum, emosi dapat muncul dalam bentuk hasrat, kebencian, kesedihan, keheranan, cinta dan kegembiraan.

Istilah *kecerdasan emosional* berasal dari dua kata, yaitu *kecerdasan* (*intelligence*) dan *emosional* (*emotion*). Secara etimologis, *intelligence* berarti kemampuan individu untuk berpikir, memahami, memecahkan masalah,

serta menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sedangkan *emotion* berasal dari bahasa Latin *emovere* yang berarti “menggerakkan keluar” atau dorongan dari dalam diri yang menimbulkan perasaan dan ekspresi tertentu. Dengan demikian, secara bahasa, kecerdasan emosional dapat dimaknai sebagai kemampuan seseorang dalam menggunakan emosi secara tepat dan cerdas untuk mengarahkan pikiran, sikap, dan tindakan dalam mencapai tujuan tertentu.

Kecerdasaan emosional merupakan sejumlah gambaran tentang skil yang berhubungan dengan kecakapan menilai emosi pada diri sendiri dan orang lain, mampu mengelola rasa dalam hal memotivasi diri, membuat rencana, serta meraih tujuan hidup (Maitrianti, 2021) Sebagaimana yang dikemukakan oleh (Daniel Goleman, 2001) kecerdasan emosional terdiri dari lima aspek utama, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, empati, dan keterampilan sosial.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, mengendalikan,dan mengekspresikan

emosi diri serta memahami emosi orang lain secara tepat. Dalam konteks olahraga, khususnya bola voli, kecerdasan emosional menjadi faktor penting yang memengaruhi konsentrasi, motivasi, kerja sama tim, dan performa saat bertanding.

Kemampuan mengenali emosi diri membantu siswa atau atlet memahami kondisi emosional yang sedang mereka alami. Perencanaan yang matang dari program latihan merupakan faktor kunci dalam mencegah overtraining (Dinata, 2017 :2). Dijelaskan oleh (Syukri, 2020) Semakin baik pengendalian emosional seseorang dalam melaksanakan permainan bola voli maka akan semakin mudah untuk mendapatkan prestasi sebaliknya seseorang yang tidak bisa mengendalikan emosionalnya maka akan semakin sulit untuk seseorang meraih prestasi.

Olahraga bola voli pertama kali diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895 di kota Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat. William G.Morgan merupakan seorang instruktur pendidikan jasmani di *Young Men's Christian Association* (YMCA). Induk organisasi bola voli dunia adalah FIVB (*Fédération*

*Internationale de Volleyball*) yang didirikan pada tahun 1947 di negara Prancis dengan presiden pertama Paul Libaud. Olahraga ini resmi menjadi salah satu cabang yang dipertandingkan dalam ajang Olimpiade Tokyo tahun 1964.

Bola voli mulai populer di Indonesia pada tahun 1928. Bolavoli diperkenalkan kepada masyarakat Indonesia oleh Tentara Hindia Belanda. Seiring waktu, olahraga ini menyebar luas dan menjadi populer di kalangan masyarakat. Untuk mewadahi dan mengatur kegiatan bola voli secara nasional, dibentuklah PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia) pada tanggal 22 Januari 1955. Teknik dasar dalam permainan bola voli yaitu teknik service, teknik passing, teknik smash dan teknik bendungan atau blok (Arya Kusuma, 2021).

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah. Kegiatan ini bertujuan untuk mengasah minat, bakat, serta membentuk kepribadian siswa secara menyeluruh (Jannah, 2023). Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 81 A tentang

Implementasi Kurikulum 2013 dijelaskan bahwa Kegiatan ekstrakurikuler adalah bentuk aktivitas pendidikan yang dilaksanakan di luar waktu pelajaran formal oleh siswa sebagai bagian dari pengembangan kurikulum. Jenis kegiatan ekstrakurikuler dapat mencakup bidang olahraga, seni, keagamaan, kepemimpinan, maupun keterampilan tertentu, yang semuanya diarahkan untuk membentuk siswa menjadi individu yang aktif, kreatif, dan berkarakter. pembinaan olahraga yang terstruktur dan berkesinambungan juga diperlukan untuk menjamin keberhasilan pembentukan karakter siswa(Fajril Rifaldo, 2025).

Salah satu cabang olahraga yang cukup populer di sekolah,khususnya di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), adalah bola voli. Pada dasarnya olahraga dapat dibagi menjadi dua yaitu aerobik dan anerobik (Dinata 2015;7). Bola voli termasuk olahraga anaerobik dikarenakan gerakan utama dalam voli seperti smash, blok, dan servis dilakukan dalam waktu singkat dan intensitas tinggi. Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim, masing-

masing terdiri dari enam pemain. Ada pepatah mengatakan bahwa atlet akan bertanding sesuai dengan apa yang akan dilatih (Dinata 2003;39). Tidak mudah melatih teknik menghasilkan dasar pemain ini untuk berkualitas. Pengembangan bakat dini adalah upaya untuk menghasilkan pemain berkualitas dan profesional(Cahyadi, 2025).

Berdasarkan pengamatan di lapangan, kecerdasan emosional berkaitan erat dengan kualitas permainan bola voli. Seorang setter, dituntut mampu tetap tenang dan fokus saat memberi umpan meski berada dalam tekanan. Namun, di SMP Negeri Purworejo, penguasaan teknik dasar bola voli siswa belum optimal. Hal ini terlihat dari masih adanya kesalahan passing yang kurang terarah serta servis yang tidak konsisten saat latihan maupun pertandingan. Faktor psikologis, khususnya kecerdasan emosional, sering kali diabaikan, padahal aspek ini berperan penting dalam menunjang performa olahraga. Siswa dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih stabil, mampu bekerja sama, dan tidak mudah menyerah, sedangkan siswa dengan kecerdasan emosional rendah lebih

mudah frustrasi dan kehilangan konsentrasi sehingga berdampak pada menurunnya keterampilan teknik dasar permainan.

## **B. Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan korelasional. Metode adalah suatu cara yang sistematis yang digunakan untuk mencapai tujuan, sehingga dipakai satu cara yang berfungsi sebagai alat untuk mencapai tujuan. (Dinata, 2018:156). Menurut (Ajar, 2021) penelitian korelasional adalah metode penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. tujuan penelitian korelasional adalah untuk menentukan hubungan antara variabel, atau untuk menggunakan hubungan tersebut untuk membuat prediksi (Andi Ibrahim, 2018).

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa laki laki ekstrakurikuler bola voli SMP N Purworejo berjumlah 20 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu tes kuisioner berupa angket tertutup. Variabel kecerdasan emosional diadopsi dalam penelitian (Dr. Fransiskus Nurseto S. M.Psi, 2021) Dengan jumlah 72 butir angket kecerdasan emosional

.Pengskoran digunakan dengan menggunakan modifikasi skala Likert dengan skala angka 0 – 3. Pengisian kuisioner tersebut menggunakan media google form. Untuk tes keterampilan teknik dasar bola voli, menggunakan tes keterampilan (skill test) bola voli dari American Association for Health, Physical Education, and Recreation (AAHPER) yang sudah baku dalam bidang tes dan pengukuran olahraga (Winarno, 2013) Terdiri dari enam jenis tes keterampilan yaitu servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas, smash, dan block. Setiap tes ini dilakukan lima kali dan dinilai berdasarkan zona target jatuhnya bola dan dinilai akhir dari total point. Tempat penelitian dilaksanakan di lingkungan SMP N Purworejo Desa Purworejo, Kecamatan Padang Ratu, Kabupaten Lampung Tengah. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September 2025. Dengan sampel 20 siswa ekstrakurikuler berjenis kelamin laki-laki.

Teknik analisis data dalam penelitian ini melakukan uji prasyarat yaitu menggunakan uji normalitas dan linearitas menggunakan bantuan software spss 26 dengan taraf signifikan 0,05. Selanjutnya pada uji

hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi product moment dengan mengkonsultasikan harga  $r$  hitung dengan  $r$  tabel. Setelah itu dihitung dengan rumus korelasi berganda untuk menguji hipotesis yaitu untuk mengetahui besarnya hubungan variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Pelaksanaan tes kuisioner dilakukan dengan *one shoot model* atau dilakukan 1 kali pengambilan tes tanpa pengulangan dan Rekapitulasi hasil tes keterampilan teknik dasar bola voli.

### C. Hasil Penelitian

Data yang diperoleh dari setiap variabel, sebagaimana tercantum dalam lampiran, dianalisis menggunakan metode statistik dan disajikan secara ringkas dalam bentuk tabel sebagai berikut :

**Tabel 1. Data Hasil Penelitian Kecerdasan Emosional dan Teknik Dasar Bola Voli**

Varibel	N	Rata-Rata	SD	Max	Min
<b>Kecerdasan Emosional (X)</b>	20	128,4	16,15	160	105
<b>Teknik Dasar Bola Voli (Y)</b>	20	59,25	14,53	88	39

Berdasarkan analisis deskriptif terdapat 20 responden, menunjukkan bahwa rata rata kecerdasan emosional adalah 128,4, nilai standar

deviasi adalah 16,15, nilai maksimum adalah 160 dan nilai minimum adalah 105. Selanjutnya terdapat 20 responden, menunjukkan bahwa rata rata keterampilan teknik dasar bola voli adalah 59,25, nilai standar deviasi adalah 14,53, nilai maksimum adalah 88, nilai minimum adalah 39.

### Uji Prasyarat

**Tabel 2. Uji Normalitas**

Variabel	LHitung (sig.)	Sig.(0 ,05)	Kesimpulan
<b>(X)</b>	0,077	0,05	Normal
<b>(Y)</b>	0,149	0,05	Normal

Hasil uji normalitas, diperoleh nilai signifikansi (L hitung) untuk variabel kecerdasan emosional (X) sebesar 0,077. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data variabel kecerdasan emosional berdistribusi normal. Selanjutnya, variabel keterampilan teknik dasar bola voli (Y) menunjukkan nilai signifikansi (L hitung) sebesar 0,149, yang juga lebih besar dari nilai 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data pada variabel keterampilan teknik dasar bola voli juga berdistribusi normal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel penelitian, yaitu kecerdasan

emosional (X) dan keterampilan teknik dasar bola voli (Y), memiliki distribusi data yang normal.

**Tabel 3. Uji Linieritas**

Variabel	L Hitung (sig.)	Sig.(0,05)	Kesimpulan
X terhadap Y	0,633	0,05	Linier

Hasil uji linieritas antara kecerdasan emosional terhadap keterampilan teknik dasar bola voli, diperoleh nilai signifikansi (L hitung) sebesar 0,633. Nilai ini lebih besar daripada taraf signifikansi yang ditetapkan, yaitu 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel kecerdasan emosional dan keterampilan teknik dasar bola voli bersifat linier.

**Tabel 4. Uji Hipotesis**

Var	K	r hit.	r tab.	Ket.	Si g	Kriter ia
KE, TDBV	X, Y	0,88 9	0,46 8	Signifik an	0,0 00	Sang at Kuat

hasil analisis korelasi antara kecerdasan emosional (X) dan keterampilan teknik dasar bola voli (Y), diperoleh nilai r hitung sebesar 0,889. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan r tabel sebesar 0,468. Karena r hitung (0,889) lebih besar daripada r tabel (0,468), maka terdapat hubungan yang signifikan

antara kedua variabel tersebut. Selain itu, nilai signifikansi (Sig.) yang diperoleh adalah 0,000, yang nilainya lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini semakin memperkuat bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan keterampilan teknik dasar bola voli secara statistik adalah signifikan, sehingga hipotesis penelitian yang menyatakan “terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan keterampilan teknik dasar bola voli” dapat diterima.

Jika dilihat dari nilai koefisien korelasi sebesar 0,889, hubungan antara kedua variabel termasuk dalam kategori sangat kuat. Artinya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional seorang siswa, maka semakin baik pula keterampilan teknik dasar bola volinya. Sebaliknya, jika kecerdasan emosional rendah, maka cenderung diikuti oleh rendahnya keterampilan teknik dasar bola voli. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional memiliki peranan yang sangat penting terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar bola voli siswa, baik dalam situasi latihan maupun pertandingan. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor psikologis, khususnya

kecerdasan emosional, tidak bisa diabaikan dalam pembinaan dan pengembangan prestasi olahraga bola voli di tingkat sekolah.

#### **D. Pembahasan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan sangat kuat antara kecerdasan emosional dan keterampilan teknik dasar bola voli. Dengan koefisien korelasi  $r = 0,889$  (lebih besar dari  $r$  tabel 0,468) dan signifikansi  $p = 0,000$ , hasil menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional siswa seperti kemampuan dalam mengelola emosi, menjaga fokus, memahami kondisi diri, dan berkomunikasi dengan baik maka semakin baik pula keterampilan teknik dasar bola voli mereka seperti passing, servis, smash, dan block. Artinya, aspek emosional bukan sekadar pendukung tetapi bagian integral dalam penguasaan teknik dasar olahraga beregu seperti bola voli.

Faktor emosional ini penting karena olahraga beregu seperti bola voli tidak hanya membutuhkan keterampilan fisik dan teknik, tetapi juga koordinasi mental, konsentrasi, kerja sama tim, serta kemampuan mengendalikan tekanan saat latihan atau pertandingan. Penelitian yang di

lakukan oleh (De Francisco, 2020) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berkaitan erat dengan motivasi, kepuasan, dan performa siswa dalam aktivitas olahraga. (Likamulyanti, 2020) Menemukan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan hasil belajar bola voli, di mana siswa dengan kecerdasan emosional tinggi lebih mampu fokus dan bekerja sama dalam permainan. Sejalan dengan itu penelitian yang dilakukan oleh (Syukri, 2020) menjelaskan bahwa Semakin baik pengendalian emosional seseorang dalam melaksanakan permainan bola voli maka akan semakin mudah untuk mendapatkan prestasi sebaliknya seseorang yang tidak bisa mengendalikan emosionalnya maka akan semakin sulit untuk seseorang meraih prestasi.

Kecerdasan emosional dipengaruhi secara kuat oleh lingkungan dan sifatnya tidak tetap, sehingga dapat berubah seiring waktu. Peran lingkungan, khususnya orang tua pada masa kanak-kanak, sangat menentukan dalam proses pembentukan kecerdasan emosional.

Dengan demikian, pendidikan dan pelatihan bola voli di sekolah sebaiknya tidak hanya fokus pada



aspek fisik atau teknik, tetapi juga pada pengembangan kecerdasan emosional seperti melalui latihan pengelolaan emosi, konsentrasi, kerja sama, dan komunikasi agar supaya siswa dapat memaksimalkan potensi teknik dasar mereka. Hasil ini menjadi dasar penting bagi pelatih atau guru untuk merancang program latihan yang holistik, mencakup aspek psikologis dan teknis secara bersama.

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada jumlah sampel yang relatif kecil dan hanya berasal dari satu sekolah, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas, serta belum mempertimbangkan faktor lain seperti kondisi fisik, pengalaman bermain, dan kualitas latihan yang juga dapat memengaruhi keterampilan teknik dasar bola voli.

### **E. Kesimpulan**

Hubungan kecerdasan emosional terhadap keterampilan teknik dasar bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli di smp n purworejo, diporeloh kesimpulan sebagai berikut: Terdapat hubungan yang sangat kuat antara kecerdasan emosional dengan keterampilan teknik dasar bola voli. Diperoleh nilai korelasi sebesar  $r = 0,889$ , yang

termasuk kategori sangat kuat. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki keterkaitan yang tinggi terhadap keterampilan teknik dasar bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli di SMP N Purworejo. Semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki siswa, seperti kemampuan mengelola emosi, menjaga fokus, memahami kondisi diri, dan berkomunikasi dengan baik semakin baik pula kemampuan mereka dalam melakukan teknik dasar seperti passing, servis, smash, dan block.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ajar, Wijayanti, R., Paramita, D., Rizal, M. M. N., Riza, C., & Sulistyan, B. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif: Vol. Vol.3*. WIDYA GAMAPress.  
<https://repository.itbwigalumajan.g.ac.id/1073/1/Ebook%20Metode%20Penelitian%20Edisi%203.pdf>  
?
- Andi Ibrahim. (2018). *Buku Metodologi*.
- Arya Kusuma, I. (2021). *Penyuluhan Teknik Permainan Bola Voli Pada Pemain Pemula Klub Vita Solo (Pengabdian Masyarakat Tahun 2021)(Vol.2)*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.36728/jpf.v2i02.1523>
- Cahyadi, A., Jaya Sumantri, R., Fajril Rifaldo, M., Jasmani, P., &

- Lampung Alamat, U. (2025). *Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Smp Negeri 1 Metro*. [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=id&user=NMtmsuAAAAAJ&citation\\_for\\_view=NMtmsuAAAAAJ:Tyk-4Ss8FVUC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=NMtmsuAAAAAJ&citation_for_view=NMtmsuAAAAAJ:Tyk-4Ss8FVUC)
- Daniel Goleman. (2001). Kecerdasan Emosional Menurut Goleman. In *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini(Masa Keemasan)* (Vol. 1, Issue2). <https://jurnalstkipmelawi.ac.id/index.php/MKJPAUD/article//800/450>
- Dinata M. 2003. Pedoman Pelatihan Fitness Centre. Jakarta (ID): Cerdas Jaya
- Dinata M.2007.Senam Aerobik. Jakarta (ID):Cerdas Jaya
- Dinata M.2017.Over Training.Jakarta:Cerdas Jaya.
- De Francisco, C., Sánchez-Romero, E. I., Vilchez Conesa, M. D. P., & Arce, C. (2020). Basic psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17144941>
- Fajril Rifaldo, M., Leksono, K., Indarto, A. V., & Wahyudi, A. (2025). *Integrasi Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Melalui Aktivitas Sepak Bola Di Sd Negeri 1 Surabaya Kedaton*. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/isj.v8i1.65422>
- Jannah, M. (2023). *Tingkat Nasionalisme Anggota Ekstrakurikuler Sanggar Seni Agawe Santoso Sman 1 Singgahan Tuban* (Vol. 11). <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/kmkn.v11n2.p444-457>
- Kurniawan, M. F., Sulistianta, H., Rifaldo, M. F., & Siswoyo, J. (2025).Pengembangan Model Latihan Variasi Passing Move Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Futsal Siswa Smp Negeri 16 Bandar Lampung. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 6(2), 147–154. <https://doi.org/10.53869/jpas.v6i2.353>
- Likamulyanti, A., Sekolah, G., & Fakultas, D. (2020). *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Hasil Belajar Kognitif Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar*. <https://doi.org/https://doi.org/10.22460/pej.v8i2.5170>
- Maitrianti, C. (2021).Hubungan Antara Kecerdasan Intrapersonal Dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(2). <https://doi.org/10.22373/jm.v11i2.8709>
- Syukri, R., Hauw Shin, T., & Setiawan, Y. (2020). Hubungan Motivasi Berprestasi Dan Emosional Terhadap Keterampilan Bermain

Atlit Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 2(4).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24036/patriot.v2i4.743>

Tapo, Y. B. O., & Bile, R. L. (2021).  
Pengembangan Jr-Design  
Volleyball Smash Drills Bagi  
Mahasiswa Jurusan Olahraga.  
*Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra  
Bakti*, 8(1), 142–156.  
<https://doi.org/10.38048/jipcb.v8i1.150>

Winarno, H. M., Agus Tomi, Mp.,  
Imam Sugiono Dona Shandy,  
Mp., & Jurusan Pendidikan  
Jasmani Dan Kesehatan, Mo.  
(2013). *Teknik Dasar Bermain  
Bolavoli*. <https://fik.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/02/buku-6.pdf>