

## INVESTIGASI BIORITME PEMAIN SEPAKBOLA EURO CUP 2020

### *EURO CUP 2020 FOOTBALL PLAYERS BIORHYTHM INVESTIGATION*

Aflahul Azami<sup>1</sup>, Moh. Nasution<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia.  
[aflahulazami11@gmail.com](mailto:aflahulazami11@gmail.com)

Received: 17 March 2022; Revised: 15 June 2022; Accepted: 30 June 2022

#### Abstrak

Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah Bagaimana Bioritme Pemain Tim Nasional Sepakbola Italia pada Kejuaraan Euro Cup 2020. Tujuan penelitian ini yaitu untuk Mengetahui Bioritme Pemain Tim Nasional Sepakbola Italia Pada Kejuaraan Euro Cup 2020 yang terdiri dari Fisik, Emosi, Intelektual, Intuisi, Pengetahuan, Keahlian, Gairah, Persepsi, Psikis, dan Kesuksesan. Penelitian ini berjenis kuantitatif deskriptif, menggunakan metode survei, dan teknik pengambilan data berupa dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Tim Italia unggul pada aspek Emosi, Intelektual, Intuisi, Pengetahuan, Psikis, dan Kesuksesan. Sedangkan, Tim Inggris unggul pada aspek Fisik, Keahlian, Gairah, dan Persepsi. Secara keseluruhan, Tim Italia memiliki lebih banyak keunggulan pada aspek-aspek bioritme, sehingga penampilannya lebih baik daripada Tim Inggris.

**Kata Kunci:** Bioritme, *Euro Cup 2020*, Pemain Italia, Pemain Inggris.

#### Abstract

*The problem in this study is how the biorhythms of the Italian football national team players at the 2020 Euro Cup Championship. The purpose of this study was to determine the biorhythms of the Italian National Football Team Players at the Euro Cup 2020 Championship which consisted of Physical, Emotional, Intellectual, Intuitive, Wisdom, Mastery, Passion, Perception, Psychic, and Success. The results of this study indicate that the Italian Team is better in the aspects of Emotional, Intellectual, Intuitive, Wisdom, Psychic, and Success. Meanwhile the England Team on the aspects of Physical, Mastery, Passion, and Perception. Overall, the Italy Team has more advantages in biorhythmic aspects, so the performance is better than Team England.*

**Keywords:** *Biorhythm, Euro Cup 2020, Italian Player, England Player.*

**How To Cite:** Azami, A., Nasution, M. (2022). INVESTIGASI BIORITME PEMAIN SEPAKBOLA EURO CUP 2020. *Unnes Journal of Sport Sciences*, Volume 6 (2), 85-96.



Unnes Journal of Sport Sciences is an open access article under the [CC-BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

## PENDAHULUAN

IPTEK memiliki kebermanfaatan begitu kompleks pada olahraga, di antaranya mempermudah pelatih ketika melakukan perancangan metode pelatihan, mempermudah atlet ketika proses pelatihan mandiri ataupun secara tim. Contohnya yaitu Natural Biorhythms, Natural Biorhythms adalah aplikasi yang kuat serta mudah dipakai, ideal dalam perkiraan secara pribadi. Pada program tersebut berlandaskan teori ilmiah wilayah barat tentang bioritme, memiliki isi-isi berupa fitur lain-lain berdasarkan filosofi secara oriental. Mengidentifikasi bioritme individu, Anda bisa teryakinkan mengenai hal-hal pengharapan dalam keseharian supaya berhasil dalam olahraga, kencan, bisnis, negosiasi, ujian, atau wawancara kerja. Ini bekerja seperti cermin ajaib, membantu mengetahui potensi penuh dari kemampuan seseorang, dan mencegah keputusan terburu-buru selama hari-hari kritis.

*Biorhythm* (bioritme) asalnya ialah bahasa dari Yunani, yakni *biorhythmos* yakni ialah kombinasi dua konsep kata, ialah *bio* berarti kehidupan, serta *rhythm* di mana mempunyai arti sebuah ritme. Menurut Wilhelm Flies (*Germany Sciences Academy*), bioritme dikatakan pula sebagai siklus-bio ataupun kurva-bio di mana mewujud pola dari siklus emosi, fisik, serta intelektual individu di mana terjadi serta berjalan sehari-harinya. Berkaitan dengan hal itu, para ahli menuturkan bahwa energi yang terdapat pada tubuh manusia bakal melewati fluktuasi-fluktuasinya melalui tiga macam siklus, yakni (1) siklus pada fisik, yakni terjadi sepanjang 23 harian, (2) siklus pada emosional, yakni terjadi sepanjang 28 harian, (3) siklus pada intelektual, di mana terjadi pada 33 harian. Siklus-siklus tersebut bisa menjabarkan perkiraan kesehatan secara fisik, kondisi emosional, serta keadaan intelektual seseorang.

Kutha Ardana (2011) menjelaskan tentang bioritme yang mana ialah suatu teori siklus terkait perubahan aspek-aspek secara biologi manusia, misalnya fisik, emosi, kecerdasan, serta intuisi individu di mana garis besarnya menciptakan pemolaan sinusoidal berperiode ataupun waktu yang memiliki perbedaan tiap-tiap aspeknya. Bioritme ialah suatu gelombang berenergi di mana tidak terlihat di dalam badan individu di mana secara konstannya berubah. Tingkatannya memiliki keunikan berdasar tiap-tiap individu. Perubahan tersebut bermula dari awal kelahiran seorang manusia, di mana saat itu seluruh aspek memiliki nilai nol. Bioritme terdiri dari aspek Fisik (*Physical*), Emosi (*Emotional*), Intelektual (*Intellectual*), Intuitif (*Intuitive*), Pengetahuan (*Wisdom*), Keahlian (*Mastery*), Gairah (*Passion*), Persepsi (*Perception*), Psikis (*Psychic*), dan Kesuksesan (*Success*).

Menurut Dehghan (2008) Tujuan mempelajari siklus bioritme atau mengidentifikasi dan menghitung siklus ritmik seseorang adalah menentukan dampak ritme ini pada kondisi individu, menghitung hari-hari optimal dan kritis, melangsungkan aktivitas secara optimal, melakukan perkiraan waktu kelemahan dan kekuatan dan bukan untuk melakukan beberapa kegiatan di hari-hari kritis. Menurut Zareian et al (2014) Mengetahui tentang fase negatif serta positif atlet atau hari-hari kritis siklus fisik oleh pelatih, atau orang lain, yang berhubungan dengan mereka, dapat meningkatkan produktivitas, mencegah cedera olahraga, meningkatkan kinerja dan faktornya yang lain di mana mempengaruhi kinerja fisik atlet.

Hendri Firzani (2010:10) memberikan penjelasan di mana sepak bola ialah olahraga terpopuler serta mendunia, mulai anak-anak, sampai yang dewasa, hingga perempuan memahami hal tersebut di mana berdasar pada sejarah telah berlangsung dari abad-abad terdahulu. Dilangsungkan dua pihak tim, yang mana keduanya memiliki formasi sebelas individu, sepak bola ialah aktivitas olahraga di mana melibatkan total pemain terbanyak.

Harsono (2004:46) menuturkan sepak bola memerlukan ketahanan daya *aerobic*, kekuatan serta kelenturan otot, dan membutuhkan ketahanan daya *anaerobic* yakni stamina, kelincahan, kecepatan, ketangkasan, kekuatan serta ketahanan otot. Sepak bola bergantung banyak terhadap kualitas keadaan secara fisik di mana memiliki perbedaan, di antaranya ialah kecepatan, kekuatan, kelincahan, *power*, ketahanan, serta fleksibilitas. Seluruhnya diperlukan pesepakbola (Kirkendall dan O'Malley, 2002:22). Sajoto (1988:58) memberikan pernyataan di mana kemampuan individu dalam penggunaan sistemisasi jantung, peredaran darah, serta pernafasannya seefektif dan seefisien mungkin ketika melaksanakan pekerjaan otot berintensitas tinggi pada durasi cukup dikatakan lama dikenal juga dengan daya ketahanan secara umum.

Permainan sepak bola dilangsungkan dalam 2 babak di mana waktu setiap babak adalah 45 x 2 menit, dengan istirahat selama 15 menit. Lalu, dalam pertandingan penentuan seperti pertandingan final, apabila terjadi akhir dengan skorimbang atau seri, maka ada babak tambahan yaitu 15 x 2 menit, serta jikalau hasil tetapimbang atau seri, dilanjutkan melalui adu pinalti dalam rangka menetapkan tim yang menjadi pemenangnya. Sucipto (2007: 7) menerangkan tujuan sepak bola ialah atlet memberikan suatu pembobolan gawang pihak

lawan memakai bola sebanyak mungkin serta berupaya melakukan penjagaan terhadap gawang sendiri, supaya tak kebobolan.

*European Football Championship* ataupun Piala Eropa (Euro Cup) adalah turnamen sepakbola antara tim nasional sepakbola lelaki dinaungi regulasinya UEFA. Dilakukan pengadaan tiap empat tahun dimulai pada 1960, dalam tahun yang genap diantara Piala Dunia FIFA, terkecuali tahun kemarin (2020) disebabkan permasalahan pandemi Covid-19, menjadikannya secara terpaksa dari UEFA perlu melakukan penundaan terhadapnya yakni satu tahun serta dapat digelar kemudian pada tahun ini (2021), tapi masih memakai identitas "Euro 2020". *Euro Cup 2020* yang sempat tertunda disebabkan terlanda *Covid-19*, akhirnya dilaksanakan di sebelas negara di Eropa tertanggal 12 Juni sampai dengan 12 Juli 2021. Kejuaraan ini dimenangkan tim nasional Italia, dengan mengalahkan tim nasional Inggris pada babak final melalui babak adu penalti dengan skor (3-2) sesudah imbangnya perlawanan (1-1) hingga babak pertambahan waktu dalam final di mana berlokasi di Wembley Stadion, Inggris.

Shaebani bahar dkk. (2013) meneliti hubungan antara hasil kompetisi dengan siklus fisik, intelektual dan emosional dalam olimpiade siswa. Mereka menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara siklus fisik, intelektual dan emosional dengan hasil kompetisi. Moldova dkk. (2011) meneliti kinerja pesenam dan bioritme dan hasilnya menunjukkan bahwa pesenam memiliki kinerja yang lebih baik pada fase positif. Soutra dan Wiyor (2002) dalam penelitian selama 15 bulan menunjukkan bahwa hari-hari kritis bioritme manusia telah menjadi penyebab utama kecelakaan yang berhubungan dengan pekerjaan. Taylor (2004) penelitiannya pada karyawan perusahaan listrik Inggris mengungkapkan bahwa ada hubungan signifikan antara bioritme dan pengurangan kecelakaan terkait pekerjaan dan ada hubungan yang signifikan antara keputusan manajer senior yang lebih akurat dengan hari baik dan buruk mereka.

Berdasarkan hal-hal tersebut, tujuan dari penelitian ini ialah mengetahui "Profil Bioritme Pemain Tim Nasional Sepakbola Italia Pada Kejuaraan Euro Cup 2020 yang terdiri dari Fisik (*Physical*), Emosi (*Emotional*), Intelektual (*Intellectual*), Intuitif (*Intuitive*), Pengetahuan (*Wisdom*), Keahlian (*Mastery*), Gairah (*Passion*), Persepsi (*Perception*), Psikis (*Psychic*), dan Kesuksesan (*Success*). Objek penelitian dalam penelitian ini ialah pertandingan final antara Italia melawan Inggris pada Euro Cup 2020 tertanggal 12 Juli 2021.

## METODE

Menurut Winarno Surakhmad (1985:151) metode pada penelitian ialah cara terutama di mana dipakai dalam rangka mencapai tujuan-tujuan tertentu, contohnya ialah mengujikan serangkaian hipotesis, melalui penggunaan teknik dan alat-alat yang spesifik. Cara ini dipakai sesudah menyelidik melakukan kalkulasi tingkat kewajaran berdasar tujuan dari penyelidikan dan kondisi penyelidikan. Kemudian, menurut Sugiyono (2017:2), metode pada penelitian secara umum ialah pencirian ilmiah dalam rangka memperoleh data-data bertujuan serta berkegunaan tertentu.

Berlandaskan permasalahan di mana hendak diteliti, metode yang dipakai oleh peneliti ialah metode deskriptif memakai pendekatan berwujud kuantitatif. Masyuri (2008:34) mengatakan di mana penelitian dengan sifat deskriptif ialah penelitian di mana memberikan suatu gambaran sedetail-detailnya terkait suatu keadaan, individu, kelompok, ataupun gejala tertentu.

Penggunaan metode untuk analisis pada penelitian ini ialah metode analisa deskriptif memakai pendekatan berwujud kuantitatif. Sugiyono (2017:147) mengungkapkan terkait statistika deskriptif ialah statistik di mana dipakai dalam rangka menganalisa data-data melalui pendeskripsian ataupun penggambaran data-data akumulatif sebagaimana tidak ada

maksud menciptakan pemberlakuan kesimpulan secara umum ataupun generalisasi.

Mohamad Ali (1982: 120) menjelaskan bahwa “metode penelitian deskriptif digunakan untuk memecahkan masalah sekaligus menjawab permasalahan yang terjadi pada masa sekarang”. Dilakukan dengan menempuh langkah-langkah pengumpulan data, klarifikasi dan analisis atau pengolahan data, membuat kesimpulan dan laporan dengan tujuan utama untuk membuat penggambaran tentang suatu keadaan secara objektif dalam suatu deskriptif.

Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan adalah survey. Menurut Saepulloh, Asep & Bahrudin (2012: 6) mengatakan bahwa survey digunakan untuk mengetahui gambaran umum dari karakteristik populasi. Dalam penelitian ini peneliti melakukan survey dengan menggunakan penelitian kuantitatif jenis penelitian deskriptif.

Populasi dalam penelitian ini adalah Tim Nasional Sepakbola Italia dan Tim Nasional Sepakbola Inggris, selaku juara Piala Eropa 2020 dan runner up Piala Euro 2020. Menurut Sugiyono (2017: 81) mengatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, peneliti menentukan sampel yang digunakan yaitu *Probability Sampling* jenis *Cluster Sampling* (Area Sampling). Sampel yang di ambil oleh peneliti yaitu pemain yg dimainkan pada saat pertandingan final Piala Euro 2020. Teknik pengambilan sampling yang digunakan pada penelitian ini teknik *Probability Sampling* jenis *Cluster Sampling* (Area Sampling). Menurut Sugiyono (2017: 83) *Cluster Sampling* (Area Sampling) adalah teknik sampling yang digunakan untuk menentukan sampel bila objek yang akan diteliti atau sumber data yang sangat luas, contoh penduduk dari suatu negara, provinsi, atau kabupaten.

Menurut Sugiyono (2017: 224) teknik pengumpulan data merupakan Langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Untuk memperoleh data yang yang signifikan, maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dokumen. Menurut Sugiyono (2017: 240) dokumen merupakan catatan peristiwa yang telah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen dilakukan dalam penelitian untuk mengambil data pemain tim nasional Italia dan pemain tim nasional Inggris dari Google dan Website.

Menurut Sugiyono (2017: 267) Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dengan demikian data yang valid adalah data “yang tidak berbeda” antar data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian. Untuk itu peneliti menggunakan validitas eksternal untuk mengetahui bioritme pemain tim nasional Italia dan pemain tim nasional Inggris sebagai perbandingan.

Menurut Sukardi (2012: 127) reliabilitas sama dengan konsistensi atau keajegan. Suatu instrument penelitian dikatakan reliabel apabila instrument pada penelitian tersebut memiliki hasil yang konsisten dalam mengukur yang hendak diukur. Semakin reliabel suatu tes memiliki persyaratan, maka semakin yakin kita dapat menyatakan bahwa hasil tes mempunyai hasil yang sama ketika dilakukan Kembali.

Menurut Sugiyono (2017: 267) Validitas eksternal berkenaan dengan derajat akurasi apakah hasil penelitian dapat digeneralisasikan atau diterapkan pada populasi dimana sampel tersebut dimana. Bila sampel representatif, instrument penelitian valid dan reliabel, cara mengumpulkan dan analisis benar, maka penelitian akan memiliki validates eksternal yang tinggi.

Menurut Sugiyono (2017: 147) dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan

dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Untuk penelitian yang tidak merumuskan hipotesis, Langkah terakhir tidak dilakukan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

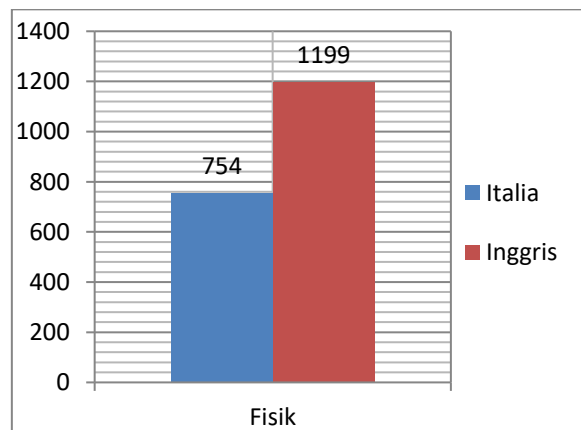
### Data Bioritme Pemain Sepak Bola Negara Italia dan Inggris

Tabel 1. Data Bioritme Pemain

No	Aspek	Italia	Inggris	
1	Ritme Primer	Fisik	754	1199
		Emosi (Emotional)	786	714
		Intelektual (Intellectual)	1080	716
		Intuisi (Intuitive)	739	683
2	Ritme Skunder	Pengetahuan (wisdom)	936	719
		Keahlian (mastery)	891	963
		Gairah (passion)	771	961
3	Ritme Ekstra	Persepsi (perception)	749	943
		Psikis (psychic)	766	703
		Kesuksesan (success)	914	704

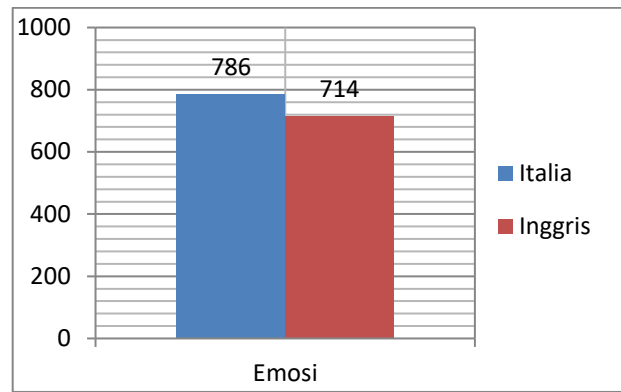
### Perbandingan Data Bioritme Pemain Italia dan Inggris

#### 1. Ritme Primer (Aspek Fisik, Emosi, Intelektual, dan Intuisi)



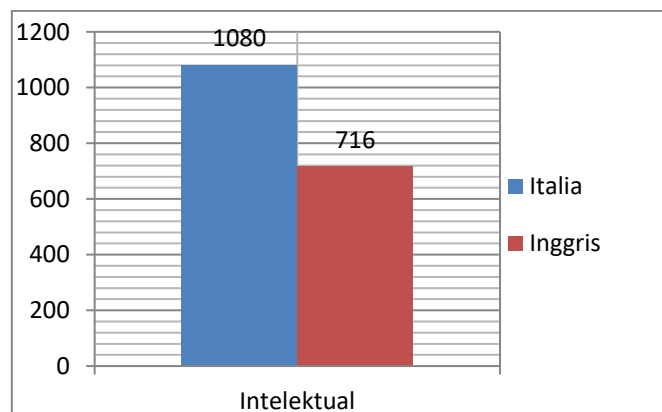
Gambar 1. Grafik Bioritme Aspek Fisik

Aspek fisik ialah aspek yang berkaitan dengan kondisi pemain secara fisik atau *physical*, yang mana aspek ini memiliki pengaruh terhadap kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan segala hal yang memiliki keterkaitan dengan fisik. Aspek fisik pada ritme primer pemain Italia secara keseluruhan berjumlah 754, sedangkan pada pemain Inggris berjumlah 1199. Selisih total persentase bioritme pemain Italia dengan pemain Inggris sangatlah tinggi, yakni sebesar 445. Selisih tersebut bahkan lebih tinggi dari setengah total persentase pemain Italia. Sehingga, pada pihak Inggris, fisik yang dimiliki lebih dari 1,5 kali lipat daripada pihak Italia. Hal tersebut menjadikan pihak Inggris lebih unggul dalam segi fisiknya dibandingkan dengan pihak Italia.



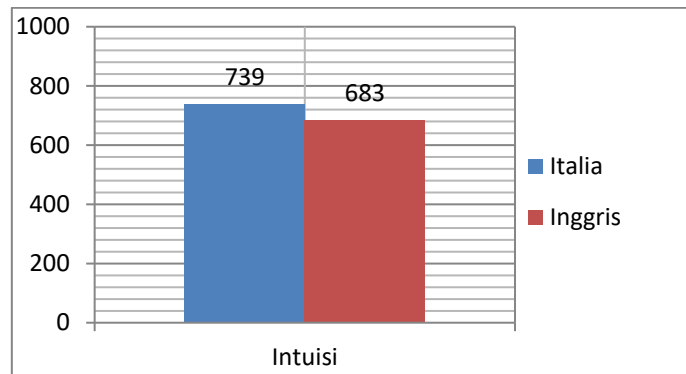
Gambar 2. Grafik Bioritme Aspek Emosi

Aspek emosi yakni aspek yang berkaitan dengan emosional pemain yang mana berasal dari dalam diri pemain tersebut, dan sifatnya batiniah. Emosional yang dimaksud dapat berupa kemampuan mengendalikan amarah, daya tahan terhadap situasi yang terjadi selama pertandingan, profesionalitas, dan sejenisnya. Aspek emosi pemain Italia memiliki jumlah persentase sebesar 786, sedangkan pada pemain Inggris berjumlah 714. Aspek emosi pemain Italia lebih tinggi daripada pemain Inggris, yang mana memiliki selisih sebesar 72. Sehingga, pemain Italia memiliki keunggulan dalam aspek emosi dibandingkan pemain Inggris. Berdasarkan keunggulan pemain Italia terhadap pemain Inggris dalam aspek emosinya, menjadi sebab pemain Italia lebih mudah mengendalikan emosinya selama pertandingan, dan lebih unggul dalam hal-hal yang berkaitan dengan emosional dari diri pemain.



Gambar 3. Grafik Bioritme Aspek Intelektual

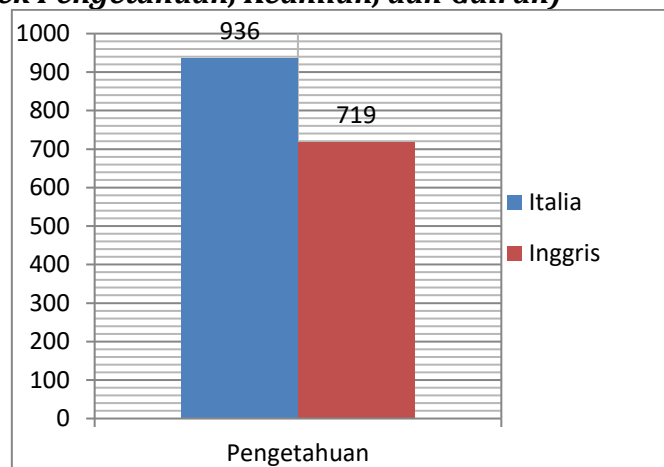
Aspek intelektual ialah aspek yang memiliki keterkaitan dengan kecerdasan pemain, perhitungan pemain, dan segala hal yang berkaitan dengan strategi selama pertandingan. Aspek intelektual berperan penting dalam pertimbangan-pertimbangan yang terjadi selama pertandingan, baik berupa serangan, pertahanan, pengaturan strategi, dan sejenisnya. Aspek intelektual pemain Italia berjumlah 1080, dan 716 pada pihak Inggris. Aspek intelektual pemain Italia lebih baik ketimbang pemain Inggris. Keunggulan pemain Italia terhadap pemain Inggris dalam aspek intelektual memiliki selisih sebesar 364. Berdasarkan selisih total persentase aspek intelektual pada pemain Italia dengan pemain Inggris, pemain Italia lebih unggul terhadap pemain Inggris. Hal tersebut menyebabkan pemain Italia lebih baik dalam hal kecerdasan selama pertandingan daripada pihak Inggris. Sehingga, ketika pertandingan, pemain Italia lebih baik dalam memahami strategi, melakukan pertimbangan-pertimbangan yang berkaitan dengan penyerangan, dan pertahanan, serta hal-hal lainnya yang berkaitan dengan intelektual dari pemain tersebut.



Gambar 4. Grafik Bioritme Aspek Intuisi

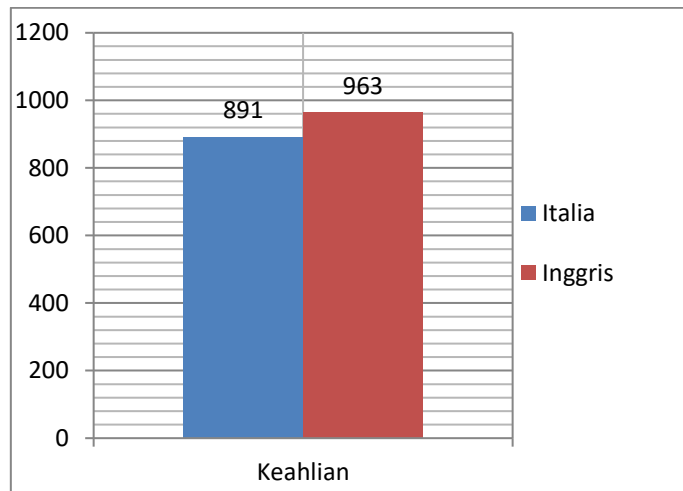
Aspek intuisi ialah aspek yang memiliki keterkaitan dengan kemampuan untuk memahami sesuatu tanpa memikirkannya terlebih dahulu, melakukan respon-respon instan terhadap kejadian yang dialami selama pertandingan berlangsung, dan sejenisnya. Aspek intuisi pemain Italia memiliki jumlah persentase sebesar 739, sedangkan pada pemain Inggris sebesar 683. Aspek intuisi pemain Italia lebih tinggi daripada pemain Inggris, yang mana memiliki selisih sebesar 56. Sehingga, pemain Italia lebih unggul dalam memahami sesuatu tanpa memikirkannya terlebih dahulu, melakukan respon-respon instan terhadap kejadian yang dialami selama pertandingan, dan hal-hal yang berkaitan dengan intuisi, daripada pemain Inggris.

## 2. Ritme Sekunder (Aspek Pengetahuan, Keahlian, dan Gairah)



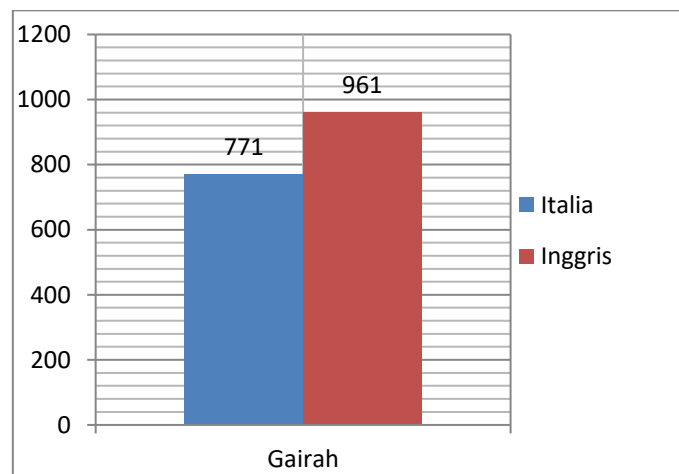
Gambar 5. Grafik Bioritme Aspek Pengetahuan

Aspek pengetahuan terbentuk dari aspek emosi dan aspek intelektual, yang mana aspek ini mempengaruhi pengetahuan pemain dalam pertandingan tersebut, dan daya fokus pemain. Aspek pengetahuan pemain Italia sebesar 936, sedangkan pada pemain Inggris sebesar 719. Berdasarkan statistik tersebut, pemain Italia lebih memiliki keunggulan daripada pemain Inggris dalam segi pengetahuan, yang mana selisihnya sebesar 217. Selisih tersebut cukup besar, sehingga pemain Italia dapat lebih fokus selama pertandingan dibandingkan pemain Inggris.



Gambar 6. Grafik Bioritme Aspek Keahlian

Aspek keahlian terbentuk dari aspek intelektual dan aspek fisik, yang mana aspek ini mempengaruhi implementasi kemampuan pemain dalam pertandingan tersebut. Berdasarkan pada gambar 6, aspek keahlian pada ritme sekunder pemain Italia dan pemain Inggris dapat dilakukan sebuah perbandingan. Aspek keahlian pada ritme sekunder pemain Italia memiliki total persentase sebesar 891, sedangkan pada pemain Inggris memiliki total persentase sebesar 963. Berdasarkan statistik tersebut, pemain Inggris lebih memiliki keunggulan daripada pemain Italia dalam segi keahlian, yang mana selisihnya sebesar 72. Berdasarkan hal tersebut, pemain Inggris dapat lebih mengimplementasikan kemampuan-kemampuannya selama pertandingan dibandingkan pemain Italia.

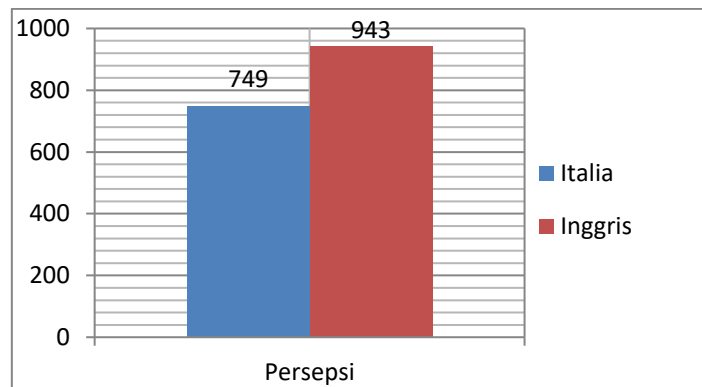


Gambar 7. Grafik Bioritme Aspek Gairah

Aspek gairah terbentuk dari aspek fisik dan aspek emosi, yang mana aspek ini mempengaruhi antusiasme, impuls, dan respon cepat dalam pertandingan tersebut. Aspek gairah pemain Italia sebesar 771, sedangkan pada pemain Inggris sebesar 961. Berdasarkan statistik tersebut, pemain Inggris lebih memiliki keunggulan daripada pemain Italia dalam segi gairah, yang mana selisihnya sebesar 190. Selisih tersebut cukup besar, sehingga pemain Inggris dapat lebih memiliki antusiasme, impuls, dan respon cepat selama pertandingan dibandingkan pemain Italia.

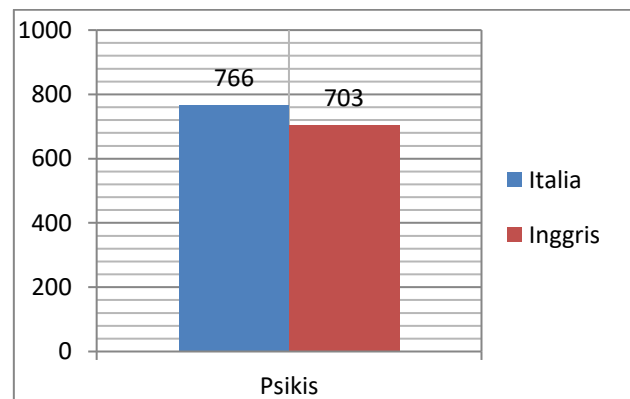


### 3. Ritme Ekstra (Aspek Persepsi, Psikis, dan Kesuksesan)



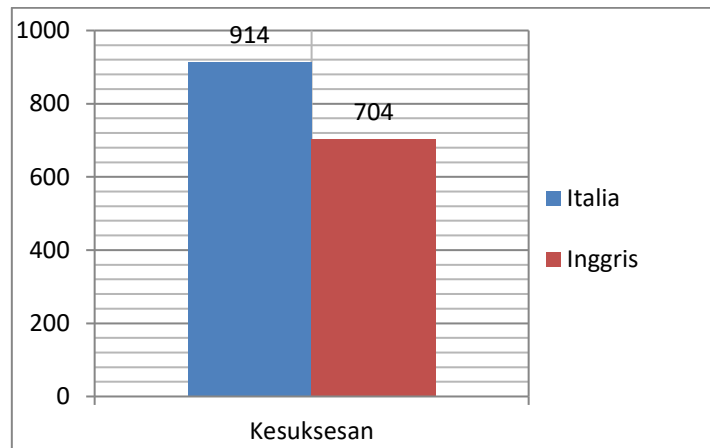
Gambar 8. Grafik Bioritme Aspek Persepsi

Aspek persepsi terbentuk dari aspek intuisi dan aspek fisik. Aspek persepsi pada ritme ekstra pemain Italia memiliki total persentase sebesar 749, sedangkan pada pemain Inggris memiliki total persentase sebesar 943. Berdasarkan statistik tersebut, pemain Inggris lebih memiliki keunggulan daripada pemain Italia dalam segi persepsi, yang mana selisihnya sebesar 194. Selisih tersebut cukup besar, sehingga pemain Inggris dapat lebih terfokuskan selama pertandingan dibandingkan pemain Italia.



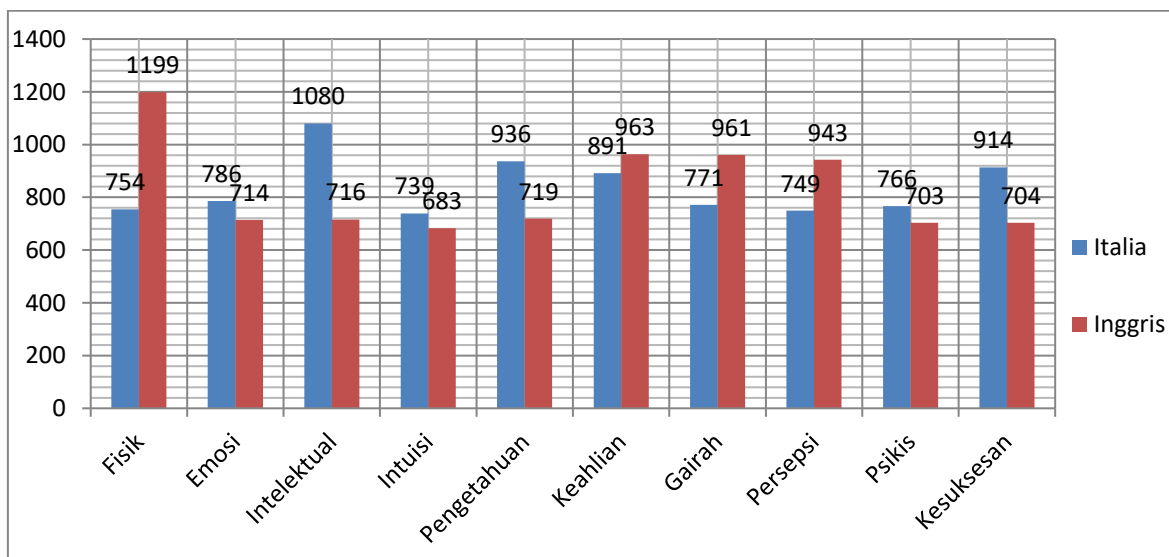
Gambar 9. Grafik Bioritme Aspek Psikis

Aspek psikis terbentuk dari aspek intuisi dan aspek emosi. Aspek psikis pada ritme ekstra pemain Italia memiliki total persentase sebesar 766, sedangkan pada pemain Inggris memiliki total persentase sebesar 703. Berdasarkan statistik tersebut, pemain Italia lebih memiliki keunggulan daripada pemain Inggris dalam segi psikis, yang mana selisihnya sebesar 63. Selisih tersebut menjadikan pemain Italia dapat lebih terkuatkan selama pertandingan dibandingkan pemain Inggris.



Gambar 10. Grafik Bioritme Aspek Kesuksesan

Aspek kesuksesan terbentuk dari aspek intuisi dan aspek intelektual. Aspek kesuksesan pada ritme ekstra pemain Italia memiliki total persentase sebesar 914, sedangkan pada pemain Inggris memiliki total persentase sebesar 704. Berdasarkan statistik tersebut, pemain Italia lebih memiliki keunggulan daripada pemain Inggris dalam segi kesuksesan, yang mana selisihnya sebesar 210. Selisih tersebut cukup besar, sehingga pemain Italia dapat lebih memiliki keberhasilan selama pertandingan dibandingkan pemain Inggris.



Gambar 11. Grafik Bioritme Pemain Italia dan Inggris

Setelah penjabaran terkait perbandingan bioritme pemain Italia dan pemain Inggris terselesaikan, kemudian dijelaskan lebih lanjut terkait analisis data yang mana berupa perbandingan bioritme pemain Italia dan pemain Inggris yang terdiri dari (1) Ritme Primer, yakni Fisik, Emosi, Intelektual, dan Intuisi; (2) Ritme Sekunder, yakni Pengetahuan, Keahlian, dan Gairah; dan (3) Ritme Ekstra, yakni Persepsi, Psikis, dan Kesuksesan. Pendeskripsian tersebut dilakukan agar kesimpulan yang diambil lebih terukur.

Berdasarkan data-data dalam penelitian, keunggulan bioritme pemain Italia terletak pada aspek-aspek berikut, yakni Emosi, Intelektual, Intuisi, Pengetahuan, Psikis, dan Kesuksesan. Sedangkan, keunggulan bioritme pemain Inggris terletak pada aspek-aspek berikut, yakni Fisik, Keahlian, Gairah, dan Persepsi.

Jika diamati lebih jauh, keunggulan aspek-aspek bioritme pemain Italia lebih banyak daripada pemain Inggris, sehingga secara umum pemain Italia lebih memiliki kelebihan dibandingkan pemain Inggris. Berdasarkan hal tersebut, pemain Italia memiliki kemungkinan

lebih besar untuk memperoleh kemenangan dalam pertandingan tersebut jika dibandingkan dengan pemain Inggris. Hingga pada akhir pertandingan, yang mana sampai pada titik adu penalti, Italia berhasil mengungguli Inggris, dan memperoleh kemenangan.

## SIMPULAN

Simpulan yang dapat diambil berdasarkan hasil dalam penelitian adalah bahwa profil bioritme pemain Italia yakni (1) Fisik sebesar 754, (2) Emosi sebesar 786, (3) Intelektual sebesar 1080, (4) Intuisi sebesar 739, (5) Pengetahuan sebesar 936, (6) Keahlian sebesar 891, (7) Gairah sebesar 771, (8) Persepsi sebesar 749, (9) Psikis sebesar 766, dan (10) Kesuksesan sebesar 914. Kemudian, sebagai pembandingnya, profil bioritme pemain Inggris yakni (1) Fisik sebesar 1199, (2) Emosi sebesar 714, (3) Intelektual sebesar 716, (4) Intuisi sebesar 683, (5) Pengetahuan sebesar 719, (6) Keahlian sebesar 963, (7) Gairah sebesar 961, (8) Persepsi sebesar 943, (9) Psikis sebesar 703, dan (10) Kesuksesan sebesar 704.

Simpulan yang dapat ditarik berdasarkan hasil pembahasan dalam penelitian ialah bahwa profil bioritme pemain Italia memiliki keunggulan-keunggulan dalam aspek-aspek bioritme berikut, yakni Emosi, Intelektual, Intuisi, Pengetahuan, Psikis, dan Kesuksesan. Sedangkan, sebagai pembandingnya, profil bioritme pemain Inggris memiliki keunggulan-keunggulan dalam aspek-aspek bioritme berikut, yakni Fisik, Keahlian, Gairah, dan Persepsi. Berdasarkan hal tersebut, pemain Italia lebih banyak memiliki keunggulan-keunggulan dalam aspek-aspek bioritme, sehingga membantu pemain Italia dalam memperoleh kemenangan pada pertandingan final EURO 2020 tersebut.

Saran dalam penelitian ini yakni, sebaiknya penelitian mengenai bioritme dalam pertandingan sepak bola atau dalam olah raga yang lain, terus dilakukan dan digencarkan, karena melalui bioritme ini mampu dijadikan acuan untuk mengelola performa saat pelaksanaan olah raga tersebut. Pengembangan penelitian dalam ranah bioritme seperti penelitian ini sangat diperlukan untuk melengkapi hasil penelitian, sehingga optimalitas dalam penelitian mampu dicapai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohamad. (1982). Penelitian Kependidikan. Bandung: Angkasa.
- Ardana K. 2011. Fungsi Periodik Bioritme Manusia. Available at [http://math.ipb.ac.id/index.php?option=com\\_content&task=view&id=167](http://math.ipb.ac.id/index.php?option=com_content&task=view&id=167). (diakses pada 17/09/21)
- Dehghan, Abdolmajid.(2008). Physiological factors affecting fund in stock exchange. Political-economic information, 257, 182-91. Firzani, Hendri, and Roy P. Sitepu. Segalanya tentang Sepak bola. Erlangga, 2010.
- FIFA. (2011). Laws of the Game FIFA. Sleman: Pengcab Kab. Sleman.
- Firzani, Hendri, and Roy P. Sitepu. Segalanya tentang Sepak bola. Erlangga, 2010.
- Hamdi, Asep Saepul dan Baharudin. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif Aplikasi dalam Pendidikan. Yogyakarta : Deepublish.
- Harsono, 2004. Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching. Jakarta: Lembaga Pendidikan Tenaga Pendidikan.
- Herwin. 2004. Keterampilan Sepakbola Dasar. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Jonathan, Sarwono. 2006. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Yogyakarta
- Kirkendall, T.D. & O'Malley, H. 2002. Field Assessment Of Fitness For Soccer: A Study Of Highly Skilled Youth And National Team Members. Duke University Medical Center. Revista de Fútbol y Ciencia Vol. 1 No 1.
- Masyhuri dan Zainuddin,M. (2008). Metodologi Penelitian: Pendekatan Praktis dan. Aplikasi. Bandung: Refika Aditama. :Graha Ilmu.
- Nasution (2003). Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif. Bandung: Tarsito.

Rendra Sanjaya (Kompaspedia 2021):

<https://kompaspedia.kompas.id/baca/infografik/kronologi/ktt-g-20-berkolaborasi-menuju-tatanan-dunia-baru>

Riduwan. 2010. Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula. Bandung: Alfabeta.

Rohim, A. (2008). Bermain sepakbola. Semarang: CV. Aneka Ilmu.

Sajoto, M. 1988. Peningkatan dan Pembentukan Kondisi Fisik dalam Olahraga. Jakarta: DEPDIBUD.

Sucipto, dkk. 2000. Sepak Bola. Surabaya: Departemen Pendidikan Nasional.

Sukardi. 2012. Metode Penelitian Pendidikan Tindakan Kelas. Yogyakarta: Bumi Aksara.

Sha'bani Bahar GR, Samadi A, Momeni Piri S. The relationship between Intellectual and Emotional cycles with respect to Biorhythm Theory and athletes' sport performance. Journal of Sport Psychology Studies, 2013; 2(3):13- 28. (Article in Farsi) 13.

Shahram, S., Ramezaninezhad, R., Afrouzeh, H., & Rabbani, V. (2016). THE RELATIONSHIP BETWEEN BIORHYTHM (PHYSICAL CYCLE) AND SPORTS PERFORMANCE IN WOMEN'S BASKETBALL. Physical Education of Students, 20(3), 43-52. <https://doi.org/10.15561/20755279.2016.0308>

Winarno Surakhmad. 1985. Pengantar Penelitian Ilmiah: Dasar, Metode, dan. Teknik. Bandung.

Zareian, E., Rabbani, V., Saedi, F., Motorik, J. P., Pendidikan, F., & Keolahragaan, I. (2014). Pengaruh Siklus Bioritme Fisik Terhadap Beberapa Faktor Kebugaran Jasmani Pemain Bola Voli Remaja. 2, 11-20.