Journal Physical Health Recreation (JPHR)
Volume 4 Nomor 1 November 2023
https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JP
e-ISSN : 2747- 013X

Analisis Percaya Diri Terhadap Kemampuan Servis Pendek Pada Permainan Bulutangkis Himpunan Mahasiswa Olahraga Sulawesi Barat

Muhammad Sadzali[1]

{muhammad.sadzali@unm.ac.id[1]}

Universitas Negeri Makassar, Jl. A. P. Pettarani, Tidung, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222[1]

Abstrak. Permainan olahraga bulutangkis harus menguasai beberapa teknik bermain bulutangkis dengan baik dan benar setiap pemain agar bisa menghasilkan sebuah permainan yang berkualitas dan berkesinambungan adalah penguasaan teknik dasar. Beberapa teknik dasar tersebut mencakup cara memegang raket, footwork atau gerakan kaki, teknik pukulan, dan servis. Salah satu teknik yang perlu untuk diperhatikan ialah servis karena menjadi dasar dan modal utama untuk mendapatkan poin dalam permainan bulutangkis. Saat melakukan servis pemain harus mempunyai tingkat kepercayaan diri yang baik, sebab pada saat melakukan servis banyak faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam melakukan servis, dengan adanya tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan baik agar pemain tersebut bisa merasa tenang, nyaman dan tidak mudah diintimidasi oleh lawan dan selalu bersikap optimis serta penempatan, sasaran, maupun arah pukulan mempunyai akurasi yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis percaya diri terhadap kemampuan servis pada permainan bulutangkis himpunan mahasiswa olahraga Sulbar. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah himpunan mahasiswa olahraga Sulbar dimana jumlah sampel pada penelitian ini adalah 30 orang dan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling. Teknik analisis data yang digunakan penelitian ini adalah analisis deskriptif, analisis non parametrik, analisis linearitas dan analisis regresi pada program computer aplikasi SPSS 26 dengan taraf signifikan 95% atau α 0,05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada kontribusi percaya diri terhadap kemampuan servis pendek sebesar 0,628%. Dengan demikian percaya diri memiliki kontribusi yang signifikan terhadap pukulan servis pendek pada permainan bulutangkis himpunan mahasiswa olahraga Sulbar.

Keywords: Percaya Diri, Servis Pendek, Bulutangkis.

1 Pendahuluan

Permainan bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang terkenal di dunia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, baik pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam atau di luar ruangan untuk rekreasi juga sebagai persaingan. Setiap pertandingan terdiri dari tiga set, dengan setiap set terdiri dari 21

poin. Pemain atau pasangan yang memenangkan dua set terlebih dahulu akan menjadi pemenangnya (Tony Grice, 2007).

Permainan bulutangkis merupakan kegiatan yang utuh untuk membentuk manusia tidak hanya sehat jasmani dan gemar berolahraga, tetapi juga untuk cita-cita mengharumkan nama dan harkat martabat bangsa di mata negara-negara di dunia, terbukti dari cabang olahraga ini yang paling sering mendulang medali emas dan mengharumkan nama Indonesia di kancah dunia Internasional baik itu di ajang Asian Games, Sea Games, maupun di pesta olahraga terbesar dunia yaitu Olympic Games.

Selain menjadi olahraga yang menyenangkan, bulutangkis juga memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Olahraga ini dapat meningkatkan kesehatan jantung dan paru-paru, meningkatkan daya tahan tubuh, serta membantu mengurangi stres dan kecemasan (Sadzali M, 2023).

Pemain bulutangkis harus menguasai beberapa teknik bermain bulutangkis dengan baik dan benar, sebab langkah awal yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar bisa menghasilkan sebuah permainan yang berkualitas, dan tentunya harus dibarengi dengan latihan yang serius dan berkesinambungan. Penguasaan teknik tersebut mencakup cara memegang raket,

footwork atau gerakan kaki, servis, teknik pukulan. Servis adalah salah satu teknik dasar dalam permainan bulutangkis yang sangat penting dan harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain. Servis adalah pukulan pertama yang dilakukan oleh seorang pemain untuk memulai permainan bulutankis.

Pukulan servis (service) merupakan pukulan pertama yang mengawali suatu permainan bulutangkis. Pukulan ini boleh dilakukan baik dengan forehand maupun backhand (James Poole, 2013).

Servis pendek merupakan pukulan dengan raket yang menerbangkan shuttlecock ke bidang lapangan lain dengan arah diagonal yang bertujuan sebagai pembuka permainan dan merupakan pukulan yang penting dalam permainan bulutangkis (James Poole, 2013).

Dalam melakukan servis pemain harus mempunyai tingkat kepercayaan diri yang baik. Karena saat melakukan servis banyak faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam melakukan servis, dengan adanya tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan baik pemain tersebut bisa merasa tenang, nyaman dan tidak mudah diintimidasi oleh lawan dan selalu bersikap optimis juga penempatan, sasaran, maupun arah pukulan mempunyai akurasi yang tepat sehingga lebih mudah untuk mendulang poin.

Untuk sampai pada tangga juara yang paling tinggi seorang atlet harus full confidence, karena sikap mental seperti ini akan sangat membantu atlet dalam proses adaptasi menghadapi ketegangan yang berlebihan, memantapkan emotional security-nya, berusaha mencapai target yang ditetapkannya sendiri, dan menghindarkan atlet dari perasaan frustasi arena kegagalan, (Husdarta 2014).

2 Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasional. Metode penelitian deskriptif ini dilakukan untuk mengetahui keberadaan variable mandiri, baik

hanya pada sat variabel atau lebih (variabel yang berdiri sendiri atau variabel bebas) tanpa membuat perbandingan variabel itu sendiri dan mencari hubungan dengan variabel lain. (Sugiyono, 2017).

Metode tersebut bertujuan untuk mengetahui sifat dan kedalaman hubungan antara dua variabel dengan mengamati aspek-aspek tertentu secara lebih khusus untuk memperoleh data atas permasalahan yang ada yang sesuai dengan tujuan penelitian, mengolah, menganalisis dan mengolah lebih lanjut landasan teori yang dipelajari sehingga dapat ditarik kesimpulan dari data.

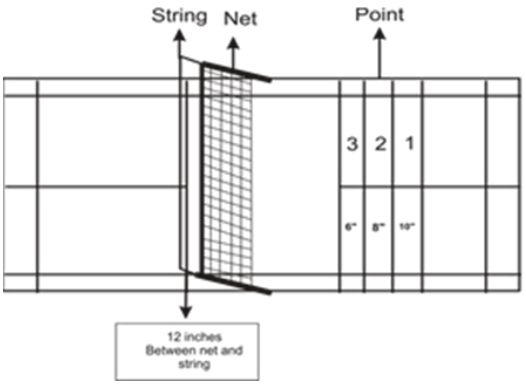
Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota himpunan mahasiswa olahraga Sulbar.

Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 orang.

Instrumen tes percaya diri.

Adapun teknik pengumpulan data pada keadaan percaya diri dengan menggunakan tes angket.

NO.	PERTANYAAN	RESPON				
		SS	S	RG	TS	STS
1	Saya yakin bahwa saya seorang atlet yang baik	5	4	3	2	1
2	Saya yakin akan kemampuan saya untuk berhasil keluar dari keadaan terjepit	5	4	3	2	1
3	Kebanyakan orang melihat saya penuh percaya diri	5	4	3	2	1
4	Saya mudah terpengaruh oleh pernyataan dan sikap dari orang lain	5	4	3	2	1
5	Pelatih merasa yakin bahwa saya selalu berlatih dengan baik	5	4	3	2	1
6	Pelatih saya merasa yakin bahwa persiapan mental saya sangat bagus	5	4	3	2	1
7	Saya yakin posisi saya tidak akan tergantikan meskipun saya kalah dalam bertanding	5	4	3	2	1
8.	Saya sering meremehkan lawan saya	5	4	3	2	1
9	Latihan visualisasi dapat meningkatkan percaya diri saya	5	4	3	2	1
10	Saya mencoba untuk membangkitkan kepercayaan diri saya mana kala mendapat kesempatan	5	4	3	2	1
11	Saya biasanya mampu berprestasi dalam situasi sulit atau situasi penting	5	4	3	2	1
12	Saya yakin teman-teman dan pelatih saya menjauhi saya jika performa saya kurang baik dalam suatu pertandingan	5	4	3	2	1
13	Walaupun skor saya sudah ketinggalan dari lawan tidak akan menyurutkan hati untuk menyelesaikan perlombaan	5	4	3	2	1
14	Saya percaya bahwa keterampilan saya membayangkan penampilan berolahraga berkembang dengan baik	5	4	3	2	1
15	Saya selalu menetapkan tujuan setiap kompetisi	5	4	3	2	1
16	Perasaan gugup jarang merugikan pada penampilan saya	5	4	3	2	1
17	Jika saya gugup Saya memilih mundur dari pertandingan	5	4	3	2	1
18	Saya senang tantangan untuk melepaskan diri dari kesulitan	5	4	3	2	1
19	Saya tidak pernah menyerah terhadap segala sesuatu yang tidak sejalan dengan harapan saya	5	4	3	2	1
20	Saya merasa grogi jika saya tidak melihat pelatih saya dalam suatu pertandingan	5	4	3	2	1
21	Perasaan nerfes sering muncul dalam diri saya	5	4	3	2	1
22	Semakin banyak melakukan ujicoba pertandingan saya semakin percaya diri	5	4	3	2	1
23	Untuk memenangkan pertandingan segala macam cara saya halalkan	5	4	3	2	1
24	Saya bermain dengan santai ketika poin sudah unggul	5	4	3	2	1



3 Hasil

Analisis data dekriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Analisis deskriptif dilakukan terhadap percaya diri dan kemampuan servis pendek pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar. Analisis deskriptif meliputi: total nilai, rata-rata, standar deviasi, variance, range, maksimal dan minimum. Dari statistik ini diharapkan dapat memberikn gambaran umum percaya diri dan kemampuan servis pendek. Hasil analisis deskriptif setiap variabel penelitian dapat dilhat dalam table berikut.

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Percaya Diri	30	19	98	117	3181	106,03	6,133	37,620
Servis Pendek	30	9	15	24	579	19,30	2,602	6,769
Valid N (listwise)	30							

a. Hasil untuk percaya diri pada mahasiswa BKMF bulutangkis dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 3181 dan rata-rata yang diperoleh 106,03 dengan hasil standar deviasi 6,133 dan nilai varians 37,620 dari range data 19 dari nilai minimum 98 untuk nilai maksimum 117.

b. Hasil untuk kemampuan servis pendek pada mahasiswa BKMF bulutangkis dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 579 dan rata-rata yang diperoleh 19,30 dengan hasil standar deviasi 2,602 dan nilai varians 6,769 dari range data 9 dari nilai minimum 15 untuk nilai maksimum 24.

Untuk membuktikan apakah ada kontribusi yang signifikan antara variabel bebas terhadap variabel terikat, maka diperlukan pengujian lebih lanjut yaitu dengan melakukan uji normalitas data untuk menentukan apakah menggunakan parametrik atau non-parametrik dan uji lineritas untuk mengetahui apakah ada hubungan variabel bebas dan variabel terikat.

Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan pada penelitian adalah data harus mengikuti sebaran normal. Untuk mengetahui sebaran konsentrasi, percaya diri, kordinasi mata tangan dan kemampuan servis pendek pada himpunan mahasiswa

olahraga Sulbar, maka dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan Uji Kolmogrov smirnov (KS-Z). Hasil data dapat dilhat dalam rangkuman tabel berikut.

Variabel	K-SZ	P	A	Ket.
Percaya diri	0,137	0,155	0,05	Normal
Servis pendek	0,129	0,142	0,05	Normal

a. Dalam pengujian normalitas percaya diri pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar diperoleh nilai uji kolmogorov smirnov Test 0,137 dengan tingkat Probabilitas (P) 0,155 > α 0,05. Dengan demikian percaya diri pada mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistriusi normal.

b. Dalam pengujian normalitas kemampuan pukulan servis pendek pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar diperoleh nilai uji kolmogorov smirnov Test 0,129 dengan tingkat Probabilitas (P) 0,142 > α 0,05. Dengan demikian servis pendek pada mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistriusi normal.

Jadi, dikarenakan data penelitian berdistribusi normal, maka pengujian hipotesis akan digunakan uji statistik parametrik.

Untuk mengetahui apakah ada kontribusi antara variabel bebas yaitu percaya diri dengan variabel terikat yaitu kemampuan pukulan servis pendek bulutangkis dapat dilihat pada tabel berikut.

Variabel	N	P	α	Keterangan
Percaya diri Servis pendek	30	0,252	0,05	Linear

Dari hasil pengujian antara percaya diri terhadap kemampuan servis pendek himpunan mahasiswa olahraga Sulbar. Nilai P 0,252 > α 0,05. Jadi percaya diri terhadap kemampuan pukulan servis pendek himpunan mahasiswa olahraga Sulbar yang diperoleh memiliki kontribusi atau linear.

Untuk pengujian hipotesis pada penelitian ini perlu dilakukan uji regresi percya diri dengan pukulan servis pendek. Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui kontribusi variabel bebas dengan variabel terkait. Analisis regresi yang digunakan adalah analisis regresi sederhana pada 95% atau α 0,05.

Variabel	N	Koefisien Korelasi	Koefisien Determinasi	T	F	Sig
Percaya diri (X_2) terhadap Servis pendek (Y)	30	0,792	0,628	6,874	47,248	0,000

4 Pembahasan

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa ada kontribusi percaya diri terhadap kemampuan servis pendek himpunan mahasiswa olahraga Sulbar. Dari hasil pengujian analisis regresi data percaya diri terhadap terhadap kemampuan servis pendek himpunan mahasiswa olahraga Sulbar pada tabel diatas diperoleh nilai koefisien korelasi 0,792 dengan tingkat signifikan 0,000 < α 0,05, untuk koefisien determinasi sebesar 0,628. Hal ini berarti 62,8% pengaruh percaya diri terhadap kemampuan servis pendek pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar Sedangkan sisanya 100% - 62,8% = 37,2% disebabkan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian.

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui thitung 6,874 diperoleh dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan 0,000, α 0,05 maka H0 ditolak dan H1 diterima atau koefisien korelasi signifikan atau percaya diri mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan servis pendek pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar sebesar 62,8%. Pengujian model regresi menunjukkan nilai F sebesar 47,248 dengan tingkat nilai signifikan sebesar 0,000 < α 0,05. Hal ini berarti kemampuan servis pendek pada permainan bulutangkis dapat dijelaskan secara signifikan oleh percaya diri pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada kontribusi percaya diri terhadap kemampuan servis pendek pada mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan landasan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, maka hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil –hasil penelitian terdahulu yang sudah ada.

Dari uraian di atas sudah jelas bahwa salah satu kondisi psikologis yang harus dimiliki seorang pemain ialah percaya diri, baik dalam keadaan latihan maupun pada saat bertanding. Khusus dalam penelitian ini percaya diri sangat penting saat akan melakukan pukulan servis pendek pada permainan bulutangkis agar dapat menempatkan shutllecock sesuai degan yang diinginkan. Berdasarkan penjelasan di atas dapat diyakini bahwa percaya diri memiliki peran penting dan berkontribusi terhadap pukulan servis pendek pada permainan bulutangkis.

a. Dalam pengujian normalitas percaya diri pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar diperoleh nilai uji kolmogorov smirnov Test 0,137 dengan tingkat Probabilitas (P) 0,155 > α 0,05. Dengan demikian percaya diri pada mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistriusi normal.

b. Dalam pengujian normalitas kemampuan pukulan servis pendek pada himpunan mahasiswa olahraga Sulbar diperoleh nilai uji kolmogorov smirnov Test 0,129 dengan tingkat Probabilitas (P) 0,142 > α 0,05. Dengan demikian servis pendek pada mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistriusi normal.

Jadi, dikarenakan data penelitian berdistribusi normal, maka pengujian hipotesis akan digunakan uji statistik parametrik.

Untuk mengetahui apakah ada kontribusi antara variabel bebas yaitu percaya diri dengan variabel terikat yaitu kemampuan pukulan servis pendek bulutangkis dapat dilihat pada tabel berikut.

5 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah diperoleh dengan menganalisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa percaya diri memiliki kontribusi dan pengaruh yang signikan terhadap pukulan servis pendek himpunan mahasiswa olahraga Sulbar. Dengan demikian percaya diri membantu pemain untuk semakin yakin pada gerakan dan teknik maupun penempatan pukulan dan meningkatkan kepercayaan untuk melakukan pukulan servis pendek.

Kepercayaan diri yang dimiliki oleh pemain menggambarkan bagaimana ia memandang dirinya dan kemampuannya sehingga semakin baik ia memandang dirinya, maka akan semakin pandai dalam mengelola kecemasannya saat bermain maupun bertanding dan semakin tinggi pula keyakinannya dalam melakukan pukulan servis.

Daftar Pustaka

Amaliyah, A. K., & Khoirunnisa, R. N. (2018). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menjelang pertandingan pada atlet bola basket di unit kegiatan mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. Character: Jurnal Penelitian Psikologi., 5(2).

Darmawan, D., & Handayani, N. (2019). Peningkatan sikap percaya diri warga belajar melalui kegiatan project class pada program paket C. Journal of Nonformal Education and Community Empowerment, 3(2), 95-104.

Grice Tony. 2007. Bulutangkis Petunjuk Praktis Untuk Pemula dan Lanjut. Jakarta. Raja Grafindo Persada.

Gunarsa, S. D. 2004. Psikologi Olahraga Prestasi. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Hardiyono, B. (2020). Tingkat kecemasan sebelum bertanding dan percaya diri pada saat bertanding atlet Pelatda Pengprov FPTI Sumatera Selatan. Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 4(1), 47-54.

Horn, Thelma S. 2008. Advances in Sport Psychologis. USA: Human Kinetics.

I Made Kususma Wijaya. 2018. Kecemasan, Percaya Diri dan Motivasi Berprestasi Atlet UKM Bulutangkis. Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. 5 (01) 36-46

Komarudin. (2017). Psikologi olahraga latihan mental dalam olahraga kompetitif. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Muhdar, M. J. (2020). Pengaruh metode latihan dan ketepatan terhadap keterampilan servis pendek backhand pada peserta ekstrakurikuler bulu tangkis. Moralitas: Jurnal pendidikan dan studi islam, 2(2), 30-45.

Mulyadi, A., Juhrodin, J., & Mulyana, D. (2018). pelatihan hypnotherapy untuk menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan konsentrasi pada atlet bola voli SMK Al-Huda Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya. Jurnal Pengabdian Siliwangi, 4(1).

PBSI Pemprov Sulsel. 2007. Pedoman Penataran Wasit Bulutangki. Makassar.

Poole James. 2013. Belajar Bulu Tangkis. Bandung: Pionir Jaya.

Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Jakarta: Alfabeta.

Tahki, K. (2017). Peran pelatihan mental dalam meningkatkan kepercayaan diri atlet renang sekolah Ragunan. JOSSAE (Journal of Sport Science and Education), 2(1), 9-14.

Tantri, A., & Mashud, M. (2022). The Effect of Teaching Style and Eye-Hand Coordination on Learning Outcomes in Tennis Field Groundstrokes. Budapest International Research and Critics Institute-Journal (BIRCI-Journal), 5(2).

Tantri, A., & Simangunsong, B. A. Perbedaan pengaruh gaya mengajar dan koordinasi mata tangan kaki terhadap hasil belajar groundstrokes tenis lapangan. Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 20(3), 253-265.

Verduci. Frank M. (1980). Measurament Concepts in Psysical Education. Toronto: The C.V. Mosby Company.