



ANALISIS KONSENTRASI TERHADAP PUKULAN SERVIS PENDEK PADA PERMAINAN BULUTANGKIS MAHASISWA BKMF FIK UNM

ANALYSIS OF CONCENTRATION ON SHORT SERVE SHOTS IN BADMINTON GAMES OF BADMINTON BKMF STUDENTS FIK UNM

Muhammad Sadzali¹

¹Universitas Negeri Makassar

Jl. A.P. Pettarani, Tidung, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222

Email : muhammad.sadzali@unm.ac.id

ABSTRAK

Permainan olahraga bulutangkis memerlukan konsentrasi untuk menjaga fokus pemain selama pertandingan dan menghindari kesalahan yang tidak perlu. Konsentrasi yang baik dalam olahraga bulutangkis membantu pemain untuk mengambil keputusan yang tepat, memperbaiki teknik, strategi, serta menghadapi tekanan dari lawan atau situasi sulit khususnya dalam melakukan pukulan servis. Hal paling mendasar sering mengakibatkan terjadinya kesalahan ketika melakukan pukulan servis ialah pemain terburu-buru, kurang tenang dan tidak berkonsentrasi sebelum melakukan pukulan servis sehingga tidak mendukung untuk melakukan pukulan yang maksimal dan target *shuttlecock* tidak tepat sasaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya kontribusi dan pengaruh konsentrasi, terhadap kemampuan servis pendek pada mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM melalui Deskriptif Kuantitatif. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM 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 menunjukkan bahwa ada kontribusi konsentrasi terhadap pukulan servis pendek Mahasiswa BKMF sebesar 0,670%. Dengan demikian konsentrasi memiliki kontribusi yang signifikan terhadap pukulan servis pendek pada permainan bulutangkis BKMF Bulutangkis FIK UNM.

Kata kunci: *Konsentrasi, Servis Pendek, Bulutangkis*

ABSTRACT

Badminton games require concentration to keep players focused during the game and avoid unnecessary mistakes. Good concentration in badminton can help players to make the right decisions, improve techniques and strategies, and face pressure from opponents or difficult situations, especially in serving shots. The most basic thing that often results in errors when hitting a service stroke is that the player is in a hurry, hasty, lacks calm and does not concentrate before hitting the service stroke so that it does not support the maximum stroke and the shuttlecock target is not on target. This study aims to determine the contribution and influence of concentration, on the ability of short serves on BKMF Badminton FIK UNM students through Quantitative Descriptive. The population and samples in this study were BKMF Badminton FIK UNM students where the number of samples in this study were 30 people and used sampling techniques, namely total sampling. Data analysis techniques used





in this study are descriptive analysis, non-parametric analysis, linearity analysis and regression analysis on the SPSS 26 application computer program with a significant level of 95% or α 0.05. The results showed that there was a contribution of concentration to the short serve of BKMF Badminton FIK UNM students by 0.670%. Thus concentration has a significant contribution to the short serve stroke in the badminton game of BKMF Badminton FIK UNM.

Keywords: *Concentration, Short Serve, Badminton*

PENDAHULUAN

Bulutangkis adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua atau empat orang yang saling berlawanan di lapangan yang dibatasi oleh jaring. Olahraga ini dapat dimainkan secara tunggal atau ganda, dengan tujuan untuk memukul bulutangkis ke lapangan lawan sehingga tidak bisa diambil kembali.

Bulutangkis menjadi salah satu olahraga yang populer di seluruh dunia, terutama di Asia, dan menjadi olahraga yang sangat kompetitif di level nasional maupun internasional. Bulutangkis juga dipertandingkan dalam ajang Olimpiade dan Asian 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.

Menurut Tony Grice (2007: 1) mengatakankan bahwa 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.

Dalam olahraga bulutangkis, teknik dan strategi permainan sangat penting. Pemain harus memiliki kecepatan, kelincahan, kekuatan, konsentrasi, dan ketepatan dalam memukul bulu tangkis. Selain itu, permainan bulutangkis juga

memerlukan kemampuan untuk membaca gerakan lawan dan membuat keputusan dengan cepat.

Salah satu aspek yang penting dalam olahraga bulutangkis adalah konsentrasi. Konsentrasi dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk memusatkan perhatian pada suatu objek atau tugas tertentu dengan penuh kesadaran dan mengabaikan distraksi yang ada di sekitar. Dalam konteks olahraga bulutangkis, konsentrasi sangat diperlukan untuk menjaga fokus pemain selama pertandingan dan menghindari kesalahan-kesalahan yang tidak perlu.

Konsentrasi yang baik dalam olahraga bulutangkis dapat membantu pemain untuk mengambil keputusan yang tepat, memperbaiki teknik dan strategi, serta menghadapi tekanan dari lawan atau situasi yang sulit. Selain itu, konsentrasi juga dapat membantu pemain untuk meningkatkan performa dan mencapai target yang diinginkan.

Namun, konsentrasi tidak selalu mudah untuk dipertahankan. Ada banyak faktor yang dapat mengganggu konsentrasi, seperti suara bising dari penonton, tekanan mental, kelelahan fisik, dan situasi yang tidak terduga. Oleh karena itu, pemain bulutangkis perlu belajar untuk mengembangkan konsentrasi yang baik dan mengatasi faktor-faktor yang dapat mengganggu konsentrasi mereka.

Wilson, Peper. dan Schmid, (2006) menjelaskan bahwa konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal. Setyobroto (2002: 104) mengatakan bahwa konsentrasi adalah suatu keadaan dimana atlet menunjukkan mempunyai kesadaran yang



tertuju kepada sesuatu atau objek tertentu yang tidak mudah goyah.

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 setelah poin dimulai. Jika servis dilakukan dengan baik, pemain dapat memulai poin dengan keuntungan yang besar dan mengambil inisiatif dalam permainan.

Namun, servis dalam bulutangkis bukanlah hal yang mudah. Ada banyak aturan dan batasan yang harus diperhatikan dalam melakukan servis, seperti batas waktu servis, batas ketinggian pukulan, dan area servis yang harus dipenuhi. Selain itu, ada berbagai macam teknik servis yang dapat dipilih oleh pemain, tergantung pada situasi permainan dan preferensi individu.

Dalam era modern, teknologi dan inovasi telah membawa kemajuan dalam hal pelatihan dan analisis teknik servis bulutangkis. Ada banyak alat dan perangkat lunak yang dapat membantu pemain untuk meningkatkan keterampilan servis mereka, seperti sensor gerakan dan kamera slow-motion untuk merekam dan menganalisis gerakan pemain.

James Poole (2013:21) mengatakan pukulan servis (*service*) merupakan pukulan pertama yang mengawali suatu permainan bulutangkis. Pukulan ini boleh dilakukan baik dengan *forehand* maupun *backhand*.

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: 66)

Konsentrasi adalah hal yang sangat penting dalam melakukan teknik pukulan servis bulutangkis. Dalam servis, konsentrasi dibutuhkan untuk memperhatikan beberapa hal, seperti posisi tubuh, posisi kaki, gerakan tangan dan lengan, serta timing dan kecepatan pukulan.

Berikut adalah beberapa tips untuk meningkatkan konsentrasi dalam melakukan pukulan servis bulutangkis:

Fokus pada pernapasan yang benar dapat membantu meningkatkan konsentrasi. Saat melakukan servis, usahakan untuk bernapas dengan benar dan fokus pada napas Anda. Pernapasan yang baik akan membantu menenangkan pikiran dan mempertahankan fokus.

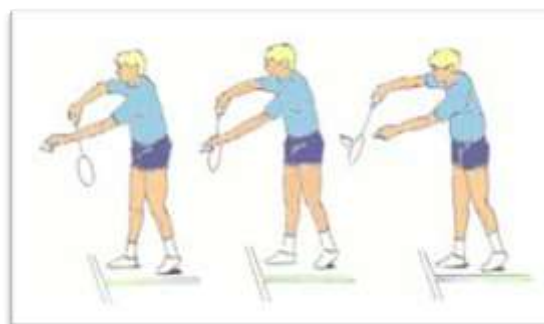
Visualisasikan servis yang sempurna, sebelum melakukan servis, coba bayangkan dalam pikiran Anda pukulan servis yang sempurna. Visualisasi yang baik akan membantu meningkatkan kepercayaan diri dan konsentrasi dalam melakukan servis.

Hilangkan distraksi dan usahakan untuk menghilangkan distraksi sebelum melakukan servis. Hindari berbicara dengan lawan atau teman Anda saat Anda akan melakukan servis. Fokuslah pada tugas Anda untuk melakukan servis dengan baik.

Tetap tenang dan jangan biarkan kecemasan atau tekanan mengganggu konsentrasi Anda dalam melakukan servis. Usahakan untuk tetap tenang dan fokus pada pukulan servis yang akan dilakukan.

Latihan secara teratur dapat membantu meningkatkan konsentrasi dan memperbaiki teknik pukulan servis. Dengan latihan yang teratur, Anda dapat memperoleh kebiasaan yang baik dan konsisten dalam melakukan servis.

Dengan meningkatkan konsentrasi, anda dapat meningkatkan performa dalam melakukan teknik pukulan servis bulutangkis, sehingga dapat memperoleh hasil yang lebih baik dalam pertandingan.



Gambar 1. Servis Pendek
Sumber : Tony Grice (2007: 28)

METODE PENELITIAN

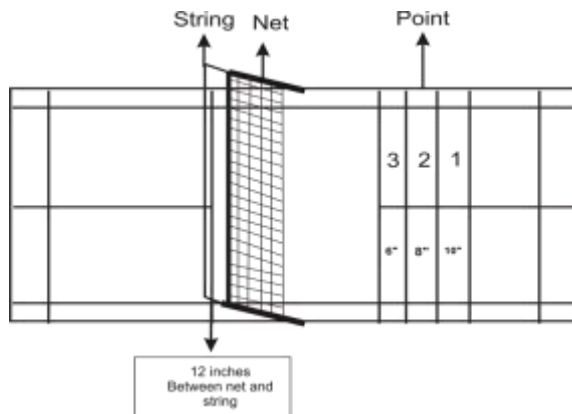
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasional. Sugiyono (2017 : 35) Metode penelitian deskriptif ini dilakukan untuk mengetahui keberadaan variable mandiri, baik hanya pada sat variabel atau lebih (variabel yang berdiri sendiri atau variabel bebas) tanpa membuat perbandingan variabel itu sendiri dan mencari hubungan dengan variabel lain.

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 dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa BKMFB Bulutangkis FIK UNM dengan jumlah populasi adalah 30 orang.

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 penelitian tes melakukan servis.



Gambar 2. *Short Serve Tes*. Frank M. Verduci

Pelaksanaan tes :

- 1) Tester berdiri pada daerah servis yang terletak diagonal dengan bagian lapangan yang diberi sasaran.
- 2) Tester melakukan servis pendek sebanyak 12 kali percobaan secara berturut-turut ke arah sasaran. Testi melakukan servis pendek dengan ketentuan 6 kalipercobaan dilakukan sebelah kanan dan 6 kali dilakukandari sebelah kiri

Pedoman penilaian :

1. Nilai nol untuk pukulan yang gagal melewati daerah antara pita dan net atau tidak jatuh pada sasaran.
2. *Shuttlecock* yang jatuh pada sasaran dinilai sesuai dengan nilai yang sudah ditentukan.
3. *Shuttlecock* yang jatuh pada garis yang membagi dua daerah nilai, mendapat nilai dari daerah nilai yang lebih tinggi.
4. Nilai akhir adalah jumlah total nilai yang diperoleh dari 12 kali percobaan servis panjang.

Tes konsentrsi berupa tes *Concentration Gird exercise* dari Haris and Bettle I. Harris p 189 sebagai berikut:

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	87	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	34
03	37	21	23	16	37	25	19	12	63

Langkah-langkah melakukan tes ini sebagai berikut :

- a. Tes ini memiliki 10 x 10 kotak yang setiap kotak berisi dua digit angka mulai dari 00 hingga 99
- b. Dalam pelaksanaan tes ini, sampel duduk di tempat yang sudah disediakan dengan jarak masing-masing sampel 1 meter
- c. Sampel mengisi biodata yang telah disediakan
- d. Intruksi yang diberikan adalah



menghubungkan angka-angka secara berurutan dari angka 00 sampai 99. Sampel hanya perlu menghubungkan setiap angka yang terkecil hingga terbesar dengan garis, baik secara horizontal maupun vertical pada angka yang mereka temukan dalam waktu 1 menit.

04	05	22	74	07	58	14	02	91	55
69	94	72	84	43	93	11	67	43	33
19	08	26	17	61	09	47	27	38	70
88	46	37	01	87	43	68	51	00	63

Gambar 3. Contoh pengisian Tes Grid Concentration Exercise

Penilaian diambil dari angka yang terhubung yang dicapai oleh pelaku tes. Adapun kriteria penilaian yaitu :

No	Kriteria	Keterangan
1.	21 Keatas	Konsentrasi sangat baik
2.	16 – 20	Konsentrasi baik
3.	11 – 15	Konsentrasi sedang
4.	6 – 10	Konsentrasi kurang
5.	5 kebawah	Konsentrasi sangat kurang

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi rata-rata, standar deviasi, nilai minimum dan nilai maksimum.

Analisis secara infrensial di gunakan untuk menguji hipotesis-hipotesis penelitian dengan menggunakan uji kolerasi dan regresi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif dilakukan terhadap konsentrasi dan pukulan servis pendek bulutangkis mahasiswa BKMF FIK UNM. Analisis deskriptif meliputi: Total, Mean, Standar Deviasi, Varians, Range, Maksimum, dan Minimum. Dari statistik tersebut, Diharapkan bisa mendapatkan gambaran umum tentang konsentrasi, kemampuan servis pendek.

Adapun hasil analisis deskriptif setiap variabel penelitian dapat dilihat sebagai berikut.

Descriptive Statistics								
	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Konsentrasi	30	12	9	21	471	15,70	3,573	12,769
Servis Pendek	30	9	15	24	579	19,30	2,602	6,769
Valid N (listwise)	30							

a. Hasil untuk konsentrasi mahasiswa BKMF bulutangkis dari 30 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 471 dan rata-rata yang diperoleh 15,70 dengan hasil standar deviasi 3,573 dan nilai varians 12,769 dari range data 12 dari nilai minimum 9 untuk nilai maksimum 21.

b. Hasil untuk pukulan servis pendek 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 mengetahui gambaran bagaimana keterkaitan atau saling berkontribusi antara variabel bebas yang terdiri dari konsentrasi dengan variabel terikat yaitu pukulan servis pendek maka dibutuhkan pengujian dengan melakukan uji normalitas data guna menentukan apakah menggunakan parametrik atau non-parametrik dan uji lineritas untuk mengetahui apakah ada hubungan variabel bebas dan variabel terikat.

Hal yang mesti terpenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan pada penelitian ialah data harus mengikuti sebaran normal. Untuk mengetahui sebaran konsentrasi, dan pukulan servis pendek mahasiswa BKMF bulutangkis, maka dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov.

Adapun data hasil pengeujian sebagai berikut:

Variabel	K-SZ	P	A	Ket.
Konsentrasi	0,133	0,182	0,05	Normal
Servis pendek	0,129	0,142	0,05	Normal

a. Pada pengujian normalitas konsentrasi mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM diperoleh nilai uji kolmogorov smirnov Test 0,133 dengan tingkat Probabilitas (P) 0,182 > α 0,05.



Dengan demikian konsentrasi pada mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM yang diperoleh mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

- b. Pada pengujian normalitas pukulan servis pendek mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM 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 berdistribusi normal.

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

Untuk mengetahui apakah ada kontribusi antara variabel bebas yaitu konsentrasi dengan variabel terikat yaitu pukulan servis pendek bulutangkis maka dilakukan uji linearitas sebagai berikut.

Variabel	N	P	α	Keterangan
Konsentrasi				
Servis pendek	30	0,756	0,05	Linear

Dari hasil pengujian antara konsentrasi terhadap pukulan servis pendek pada mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM diperoleh nilai P 0,756 > α 0,05. Oleh karena itu konsentrasi terhadap pukulan servis pendek mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM yang memiliki kontribusi atau linear.

Untuk pengujian hipotesis pada penelitian ini perlu dilakukan uji regresi konsentrasi dengan pukulan servis pendek mahasiswa BKMF bulutangkis FIK UNM. Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui kontribusi variabel bebas dengan variabel terkait. Analisis regresi yang digunakan adalah analisis regresi sederhana pada 95% atau 0,05.

Variabel	N	Koefisien Korelasi	Koefisien Determinasi	T	F	Sig.
Konsentrasi (X ₁) terhadap Servis pendek (Y)	30	0,819	0,670	7,541	56,871	0,000

Berdasarkan data di atas dapat diketahui bahwa ada kontribusi konsentrasi terhadap dan dari hasil pengujian analisis regresi data konsentrasi terhadap pukulan servis pendek mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM diperoleh nilai koefisien korelasi 0,819 dengan tingkat signifikan 0,000 < α 0,05 untuk koefisien determinasi sebesar 0,670. Hal ini berarti 67% pengaruh konsentrasi terhadap kemampuan servis pendek mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM. Sedangkan sisanya (100% - 67% = 33%) disebabkan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian.

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui t_{hitung} diperoleh 7,541 dapat dilihat pada tabel di atas dengan tingkat signifikan 0,000, α 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau koefisien korelasi signifikan atau konsentrasi mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan servis pendek mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM sebesar 67%. Pengujian model regresi menunjukkan nilai F sebesar 56,871 dengan tingkat nilai signifikan sebesar 0,000 < α 0,05. Hal ini berarti pukulan servis pendek pada permainan bulutangkis dapat dijelaskan secara signifikan oleh konsentrasi mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah diperoleh dengan menganalisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konsentrasi memiliki kontribusi dan pengaruh yang signifikan terhadap pukulan servis pendek mahasiswa BKMF Bulutangkis FIK UNM. Dengan demikian konsentrasi membantu pemain untuk fokus pada gerakan dan teknik yang benar dan meningkatkan akurasi ketepatan pukulan saat melakukan pukulan servis pendek.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Grice Tony. 2007. *Bulutangkis Petunjuk Praktis Untuk Pemula dan Lanjut*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Halim, Nur Ichsan. 2011. *Tes dan Pengukuran Dalam Bidang Olahraga*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Harris, D. V., dan Harris, B. L. (1984). *The athlete's guide to sportpsychology: mental skills for physical people*. New York:Leisure Press.
- Harmono A. B. 2014. *Kontribusi Konsentrasi Terhadap Pukulan Jumping Smash Pada Bulutangkis*, Surabaya : *Jurnal Kesehatan Olahraga* 02 (01) 51 – 57.
- Komaruddin, Hidayat Yusuf (Eds), 2015. *Psikologi Olahraga*, Bandung : PT. Remaja.
- Kunta, Sapta. 2010. *Kepelatihan Bulutangkis Modern*. Yuma Pustaka: Surakarta
- Maksmum, Ali. 2011. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Poole James. 2013. *Belajar Bulu Tangkis*. Bandung: Pionir Jaya.
- PBSI Pemprov Sulsel. 2007. *Pedoman Penataran Wasit Bulutangkis*. Makassar.
- Setyobroto, Sudiby. 2002. *Psikologi Olahraga*. Jakarta : Unit Percetakan UNJ.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Alfabeta
- _____. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Jakarta: Alfabeta.
- Verduci. Frank M. (1980). *Measurement Concepts in Pysical Education*. Toronto: The C.V. Mosby Company.
- Wilson, V.E., Peper, E. dan Schmid, A., 2006. *Training strategies for concentration*. In Williams,J.N. (ed). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, 5th edition. Boston: McGraw Hill.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : PT. Bumi Timur Jaya.

