

KONTRIBUSI KONSENTRASI TERHADAP KETEPATAN PUKULAN *SHORT SERVE* ATLET BULUTANGKIS

Indra Ridhwan Kurniawan Widyanto

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
indrawidyanto@mhs.unesa.ac.id

Noortje Anita Kumaat

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
noortjekumaat@unesa.ac.id

Abstrak

Olahraga adalah aktivitas gerak seseorang untuk menjaga kestabilan kesehatan dan kebugaran jasmani yang berpengaruh terhadap gaya hidup seseorang, bahkan dapat meningkatkan mental, kepercayaan diri, tanggung jawab serta mengembangkan pribadi yang lebih kuat dan cerdas. Salah satu jenis cabang olahraga yang bisa dilakukan dengan minat seseorang baik secara individu maupun kelompok salah satunya adalah permainan bola besar yaitu bulutangkis karena olahraga ini sering kita lihat tidak hanya di gor bulutangkis tetapi bisa dijumpai di taman bermain maupun di depan rumah.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan pukulan *short serve* atlet bulutangkis.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini meneliti sebanyak 45 subjek penelitian yang terbagi atas 15 subjek pada kategori anak-anak, 15 subjek pada kategori pemula, dan 15 subjek pada kategori remaja. Teknik analisis data yang digunakan adalah mean, standart deviasi, persentase, uji normalitas, uji korelasi, dan uji koefisien determinansi.

Hasil penelitian yang didapatkan pada atlet PB Suryanaga Surabaya menunjukkan bahwa pada kategori anak-anak usia 11-12 tahun terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan *point short serve* kanan sebesar 80% dan terhadap *point short serve* kiri sebesar 55%. Pada kategori pemula usia 13-14 tahun, terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan *point short serve* kanan sebesar 81% dan terhadap *point short serve* kiri sebesar 26%. Pada kategori remaja usia 15-16 tahun, terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan *point short serve* kanan sebesar 86% dan terhadap *point short serve* kiri sebesar 33% yang dimana semua kategori usia memiliki arti bahwa konsentrasi tersebut memiliki kontribusi yang searah dan positif terhadap ketepatan pukulan *short serve*.

Kesimpulan dari penelitian ini bahwa terdapat adanya hubungan yang signifikan antara kontribusi konsentrasi dengan hasil ketepatan pukulan *short serve* atlet bulutangkis pada kategori anak-anak, pemula dan remaja.

Kata kunci : Bulutangkis, Konsentrasi, Kontribusi, *Short Serve*

Abstract

Sport is a motion activity of a person to maintain a stable health and physical fitness that affects one's lifestyle, can even improve mental, self-confidence, responsibility and develop a stronger and smarter person. One type of sport that can be done with someone's interest both individually and in groups is one of the big ball games, namely badminton because this sport we often see not only in badminton gor but can be found in playgrounds or in front of the house.

The purpose of this study was to determine the contribution of concentration to the accuracy of the short serve punch of badminton athletes.

The method used in this study is a quantitative method with a descriptive approach. This study examined 45 research subjects divided into 15 subjects in the children's category, 15 subjects in the beginner category, and 15 subjects in the youth category. Data analysis techniques used are the mean, standard deviation, percentage, normality test, correlation test, and the coefficient of determination test.

The results obtained in PB Surabaya Suryanaga athletes showed that in the category of children aged 11-12 years there was a significant relationship between concentration and right short serve point by 80% and left point short serve by 55%. In the beginner category aged 13-14 years, there was a significant relationship between concentration and right short serve point by 81% and left point short serve by 26%. In the category of adolescents aged 15-16 years, there is a significant relationship between concentration and right short serve point by 86% and towards left short serve point by 33% where all age categories mean that the concentration has a direct and positive contribution to accuracy short serve punch.

The conclusion from this study is that there is a significant relationship between the contribution of concentration with the results of the accuracy of the short serve of badminton athletes in the category of children, beginners and adolescents.

Keywords : Badminton, Concentration, Contribution, Short Serve

PENDAHULUAN

Olahraga adalah aktivitas gerak seseorang untuk menjaga kestabilan kesehatan dan kebugaran jasmani yang berpengaruh terhadap gaya hidup seseorang, bahkan dapat meningkatkan mental, kepercayaan diri, tanggung jawab serta mengembangkan pribadi yang lebih kuat dan cerdas. Salah satu jenis cabang olahraga yang bisa dilakukan dengan minat seseorang baik secara individu maupun kelompok salah satunya adalah permainan bola besar yaitu bulutangkis (Chowdhury, 2015: 430), karena olahraga ini sering kita lihat tidak hanya di gor bulutangkis tetapi bisa dijumpai di taman bermain maupun di depan rumah. Bulutangkis selain hanya untuk permainan dan kesehatan tetapi juga untuk olahraga berprestasi. Prestasi bulutangkis harus memiliki kemampuan keterampilan tertentu untuk bisa menjadi pemain berprestasi. Bermain bulutangkis yang baik harus memahami dan menguasai teknik permainan bulutangkis, diantaranya: Cara memegang raket (*grip*), sikap berdiri (*stance*), gerak kaki (*foot work*) dan teknik pukulan (*strokes*).

Untuk menunjang keterampilan gerak secara optimal pada atlet bulutangkis PB Suryanaga Surabaya maka atlet harus menguasai teknik pukulan dasar yang terdiri dari lob, *smash*, *service*. Salah satu kajian peneliti untuk melakukan penelitian dalam permainan bulutangkis ini adalah *service* pendek (*short serve*) karena pukulan *service* ini mempunyai karakter yang sulit dijangkau oleh lawan. Dari hasil pengamatan dilapangan *service* seringkali diremehkan dan hanya dipandang sebagai pukulan awal untuk memulai permainan oleh banyak pelatih dan pemain, sehingga mereka menghiraukan pelatihan istimewa untuk teknik dasar ini, maka seharusnya teknik tersebut perlu dilatih maksimal oleh para atlet karena salah satu senjata awal untuk menyerang lawan dipertandingan dan mempertahankan *point* yang diperoleh, sedangkan *service* yang dilakukan dengan tidak sempurna mengakibatkan lawan memperoleh *point* dengan mudah. Salah satu cara untuk

melakukan *service* yang baik yaitu diperlukan suatu konsentrasi yang tinggi.

Konsentrasi dalam olahraga sangat membantu peran penting para atlet dalam melakukan sebuah permainan atau pertandingan. Hasil wawancara terhadap pelatih permasalahan yang sering muncul pada atlet yaitu kurangnya konsentrasi yang berakibat fatal dalam melakukan suatu pukulan *service* dalam permainan bulutangkis, hal ini dikarenakan kurangnya suatu akurasi pukulan, ketepatan pukulan, lemparan ataupun kerasnya pukulan dalam melakukan *service*.

Berdasarkan latar belakang diatas serta dari hasil wawancara pada pelatih ada beberapa masalah yang membuat ketertarikan peneliti untuk meneliti tentang penerapan latihan tingkat konsentrasi dan ketepatan pukulan *short serve* terhadap atlet bulutangkis PB Suryanaga Surabaya karena penelitian ini baik untuk atlet dan belum banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Maka dari itu demi melengkapi kejelasan penelitian, peneliti membuat judul penelitian "Kontribusi Konsentrasi Terhadap Ketepatan Pukulan *Short Serve* Atlet Bulutangkis".

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional untuk dapat menggambarkan adanya kontribusi antara variabel bebas dan variabel terikat. Sebagai instrumen pokok sekaligus sumber data utama dalam penelitian ini adalah atlet bulutangkis PB Suryanaga Surabaya kategori usia 11-16 tahun.

Sasaran penelitian ini berjumlah 45 atlet Suryanaga Surabaya yang terbagi masing-masing kategori berjumlah 15 atlet kategori usia anak-anak (ku.11-12 tahun), 15 atlet kategori pemula (ku.13-14 tahun) dan 15 atlet kategori remaja (ku.15-16 tahun). Penelitian ini dilaksanakan pada ulan Januari – Februari 2020 yang bertempat di lapangan bulutangkis PB Suryanaga Surabaya, Jl. Dharmahusada Indah Barat III No. 68/A 212 Surabaya.

Instrumen yang digunakan dalam teknik pengumpulan data ini menggunakan tes tingkat konsentrasi menggunakan *Grid Concentration Test* dan tes ketepatan pukulan *short serve* oleh Frank M. Verduci (1984).

Teknik pengumpulan data merupakan cara seseorang dalam mengumpulkan sebuah data yang sudah dipelajari sebelumnya (Arikunto, 2013). Penelitian ini menggunakan tes pengukuran. Guna memperoleh, menganalisis dan mengetahui hasil tes tersebut dibutuhkan tata cara sebagai berikut : Mengumpulkan seluruh hasil tes dari tiap-tiap kategori tersebut kemudian dimasukkan kedalam perhitungan *mean*, standart deviasi, uji normalitas, uji korelasi, dan uji koefisien determinansi.

Data yang sudah terkumpul dan sudah mengetahui hasil tes tingkat konsentrasi terhadap pukulan *short serve* atlet bulutangkis PB Suryanaga Surabaya maka dapat ditarik kesimpulannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk dapat mengetahui tingkat konsentrasi terhadap ketepatan pukulan *short serve*. Dari penelitian yang dilakukan oleh 45 atlet dengan masing-masing 15 atlet tiap kategorinya dengan memberikan dua macam item tes diantaranya tes konsentrasi menggunakan *Grid Concentration Test* dan tes ketepatan pukulan *short serve*.

Setelah melakukan penelitian maka dapat mengetahui hasil dari penelitian tersebut kemudian hasil tersebut dianalisis menggunakan deskriptif kuantitatif dengan uji determinasi dan persentase agar dapat mengetahui hasil tingkat konsentrasi dan ketepatan pukulan *short serve* atlet bulutangkis PB Suryanaga Surabaya.

Berikut hasil tes penelitian yang dimaksud:

1. Kategori anak-anak usia 11-12 tahun

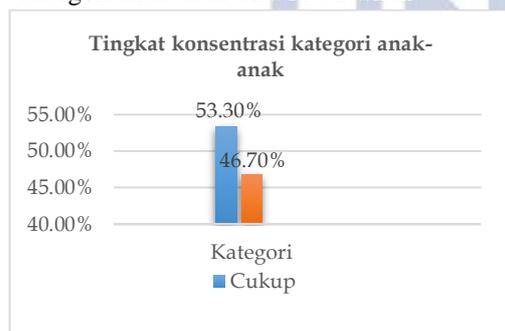


Diagram 1. Persentase Tingkat Konsentrasi Pada Kategori Anak-Anak

Berdasarkan diagram 4.1 dapat dijelaskan bahwa tingkat konsentrasi pada kategori anak-anak sebanyak 53,3% memiliki tingkat konsentrasi cukup dan sebanyak 46,7% memiliki tingkat konsentrasi kurang.

Tabel 1. Uji Koefisiensi Determinasi Antara Konsentrasi Dan *Point Short Serve* Kanan Pada Kategori Anak Anak

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>
0,894 ^a	0,799	0,783

Tabel 1. merupakan tabel yang menyajikan data tentang uji koefisien determinasi yang dapat digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi konsentrasi terhadap *point short serve* kanan pada kategori anak-anak. Pada tabel tersebut dijelaskan bahwa *R Square* sebesar 0,799 yang memiliki arti bahwa variabel konsentrasi berkontribusi terhadap *point short serve* kanan jika dibulatkan sebesar 80%.

Tabel 2. Uji Koefisiensi Determinasi Antara Konsentrasi Dan *Point Short Serve* Kiri Pada Kategori Anak-Anak

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>
0.744 ^a	0.553	0.519

Tabel 2. merupakan tabel yang menyajikan data tentang uji koefisien determinasi yang dapat digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi konsentrasi terhadap *point short serve* kiri pada kategori anak-anak. Pada tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa *R Square* sebesar 0,553 yang memiliki arti bahwa variabel konsentrasi berkontribusi terhadap *point short serve* kiri sebesar 55%.

2. Kategori pemula usia 13-14 tahun

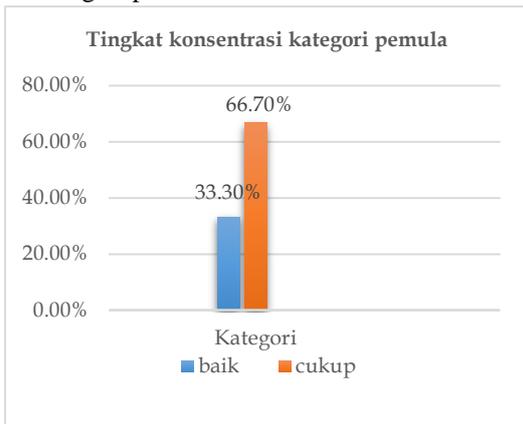


Diagram 2. Persentase Tingkat Konsentrasi Kategori Pemula

Berdasarkan diagram 2 dapat dijelaskan bahwa tingkat konsentrasi pada kategori pemula sebanyak 66,7% memiliki tingkat konsentrasi cukup dan sebanyak 33,3% memiliki tingkat konsentrasi baik.

Tabel 3 Uji Koefisiensi Determinasi Antara Konsentrasi Dan *Point Short Serve* Kanan Pada Kategori Pemula

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>
0.903 ^a	0.815	0.800

Tabel 3. merupakan tabel yang menyajikan data tentang uji koefisien determinasi yang dapat digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi konsentrasi terhadap *point short serve* kanan pada kategori pemula. Pada tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa *R Square* sebesar 0,815 yang memiliki arti bahwa variabel konsentrasi berkontribusi terhadap *point short serve* kanan sebesar 81%.

Tabel 4. Uji Koefisiensi Determinasi Antara Konsentrasi Dan *Point Short Serve* Kiri Pada Kategori Pemula

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>
0.518 ^a	0.268	0.212

Tabel 4. merupakan tabel yang menyajikan data tentang uji koefisien determinasi yang dapat digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi konsentrasi terhadap *point short serve* kiri pada kategori pemula. Pada tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa *R Square* sebesar 0,268 yang memiliki arti bahwa variabel konsentrasi berkontribusi terhadap *point short serve* kiri sebesar 26%.

3. Kategori remaja usia 15-16 tahun

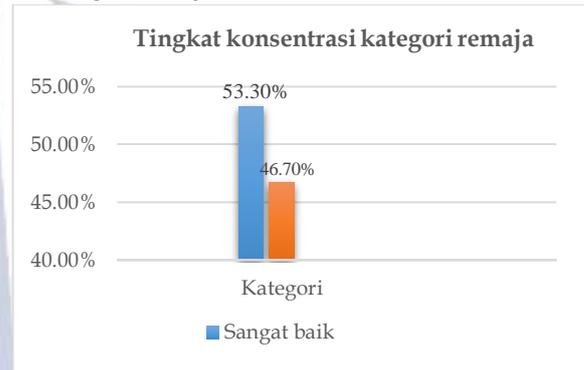


Diagram 3 Persentase Tingkat Konsentrasi Kategori Remaja

Berdasarkan diagram 4.3 dapat dijelaskan bahwa tingkat konsentrasi pada kategori remaja sebanyak 53,3% memiliki tingkat konsentrasi sangat baik dan sebanyak 46,7% memiliki tingkat konsentrasi baik.

Tabel 5. Uji Koefisiensi Determinasi Antara Konsentrasi Dan *Point Short Serve* Kanan Pada Kategori Remaja

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>
0.931 ^a	0.866	0.856

Tabel 5. merupakan tabel yang menyajikan data tentang uji koefisien determinasi yang dapat digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi konsentrasi terhadap *point short serve* kanan pada kategori remaja. Pada tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa *R Square* sebesar 0,866 yang memiliki arti bahwa variabel konsentrasi berkontribusi terhadap *point short serve* kanan sebesar 86%.

Tabel 6 Uji Koefisiensi Determinasi Antara Konsentrasi Dan *Point Short Serve* Kiri Pada Kategori Remaja

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>
0.582 ^a	0.339	0.288

Tabel 4.18 merupakan tabel yang menyajikan data tentang uji koefisien determinasi yang dapat digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel konsentrasi terhadap *point short serve* kiri pada kategori remaja. Pada tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa *R Square* sebesar 0,339 yang memiliki arti bahwa variabel konsentrasi berkontribusi terhadap *point short serve* kiri sebesar 33%.

Pembahasan

Suatu puncak tercapainya atlet untuk tetap berprestasi adalah pengalaman berharga dari tiap-tiap individunya. Atlet berprestasi selalu memiliki potensi yang sesuai terhadap apa yang diinginkannya, hal ini supaya dapat mempermudah jalannya pembinaan dan latihan. Dilihat dari karakter atlet kategori usia 11 sampai 16 tahun, dimana usia tersebut merupakan waktu yang sangat baik untuk mengembangkan dan mengarahkan bakatnya sesuai dengan cabang olahraga yang diminatinya. Menurut Gunarsa (2004:87), dalam dunia olahraga terdapat sebuah faktor penghambat atlet dalam berlatih dan bertanding diantaranya fokus perhatian dalam berkonsentrasi. Sedangkan menurut Mukhtar (2017:46), bahwasannya dalam suatu cabang olahraga, konsentrasi merupakan faktor yang begitu penting pada saat latihan atau pertandingan, jika atlet mengalami gangguan dalam konsentrasi maka pada dasarnya semua gerakan ataupun strategi dapat terpecah belah dan bermasalah.

Berdasarkan data dari hasil penelitian yang didapatkan dari atlet PB Suryanaga Surabaya menunjukkan bahwa konsentrasi memiliki peran penting dalam melakukan pukulan *short serve*. Menurut Poole (2009:66), *short serve* ialah pukulan *service* dengan menggunakan raket yang ditujukan terhadap lawan secara diagonal dengan maksud sebagai awal dari permainan serta salah satu pukulan yang sangat berharga dalam olahraga bulutangkis.

Hal ini bisa dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kategori anak-anak memiliki hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan *point short serve* kanan sebesar 80% dan terhadap *point short serve* kiri sebesar 55%. Pada kategori pemula terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan *point short serve* kanan sebesar 81% dan terhadap *point short serve* kiri sebesar 26%. Pada kategori remaja terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dan *point short serve* kanan sebesar 86% dan terhadap *point short serve* kiri sebesar 33% yang dimana semua kategori usia memiliki arti bahwa konsentrasi tersebut memiliki kontribusi yang searah dan positif terhadap ketepatan pukulan *short serve*. Maksud dari pernyataan tersebut adalah semakin tinggi konsentrasi yang dimiliki atlet maka semakin tinggi pula *point short serve* yang dihasilkan. Hasil ini sesuai dengan peneliti sebelumnya yakni Monty P. (2000:28), yang berpendapat bahwa kemampuan seseorang untuk dapat fokus pada satu objek tertentu yang sesuai dengan tugasnya akan dapat memberikan hasil yang maksimal dalam dalam objek tersebut.

Solusi dari penelitian ini pelatih ataupun pembina tetap memperhatikan konsentrasi atletnya karena salah satu peran penting terhadap performa olahraga khususnya pada saat melakukan pukulan *short serve* bulutangkis serta atlet harus tetap menjaga performa fisik dan taktik karena merupakan salah satu pengaruh besar terhadap berkontribusinya konsentrasi pada saat melakukan pertandingan.

Dilihat dari tujuan penelitian ini, peneliti hanyalah ingin melihat potensi dasar para atlet agar kedepannya potensi tersebut dapat ditindak lanjuti oleh pelatih dan pembina. Masukan dari penelitian ini pelatih harus mempunyai program latihan yang sesuai dengan kebutuhan atlet salah satunya program latihan untuk dapat meningkatkan performa fisik dan meningkatnya tingkat konsentrasi jauh lebih tinggi agar dapat mencapai titik prestasi yang membanggakan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka data dapat terkumpul dan dapat diolah dengan dianalisis menggunakan rumus-rumus statistika, sehingga penelitian ini dapat menjawab rumusan penelitian yang pada akhirnya dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi konsentrasi dengan hasil ketepatan pukulan *short serve* atlet bulutangkis pada kategori anak-anak, pemula dan remaja.
2. Nilai pada kontribusi konsentrasi dengan *point short serve* kanan pada kategori anak-anak sebesar 80%, kategori pemula sebesar 81% dan kategori remaja sebesar 86% serta kontribusi konsentrasi dengan *point short serve* kiri pada kategori anak-anak sebesar 55%, kategori pemula 26% dan kategori remaja sebesar 33%.

Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah didapatkan maka saran yang diberikan pada penelitian yang berjudul "Kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan pukulan *short serve* atlet bulutangkis" kepada penelitian selanjutnya adalah dengan menambahkan variable-variabel lain yang dapat memberikan kontribusi konsentrasi

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, F., Nutakom, C., Chowdhury, H.(2015). Effect Of Porosity Of Badminton Shuttlecock On Aerodynamic Drag. *Procedia Engineering* 112430-435 (www.sciencedirect.com, diakses pada tanggal 10 November 2019).
- Arikunto, Suharsimih. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi VI. Jakarta; PT Rineka Cipta.
- Frank M. Verduci. (1984). *Measurement Concepts in Pysical Education*. Toronto: The C.V. Mosby Company.
- Gunarsa, S. D. 2004. *Psikologis Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Komarudin. 2013. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Love, S., Dymand, L.K., Lovell, G.P. (2018). Metacognitions in triathletes:Associations with attention, state axienty and relative performance.
- Maksum. 2018. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : Unesa University Press.
- Milner, A. K. 2002. *Measurement by thePhysical Educator 4th edition*. Sanfrisco: McGraww Hill.
- Mukhtar., Abdurrahman., Ifwandi. (2017). Hubungan tingkat konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet panahan

- aceh *archery school* binaan dispora kabupaten bireuen tahun 2015. Vol 3 (1).
- Nugroho. 2016. Pengembangan Tes Keterampilan Servis Pendek Bulutangkis Untuk Atlet Kelompok Umur Anak-Anak (KU 11-12 Tahun), Pemula (KU 13-14 Tahun), Remaja (KU 15-16 Tahun), Dan Taruna (KU 17-18 Tahun). Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.
- Poole, James. 2009. "Belajar Bulu Tangkis". Bandung: Pionir Jaya.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* : Alfabeta, Bandung.