

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KONSENTRASI SISWA DENGAN HASIL KETEPATAN JUMPING SMASH BULUTANGKIS STUDI PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BULUTANGKIS DI SMP NEGERI 2 SIDOARJO

Farid Nursyaifudin Zuhri*, Nurhasan

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*faridzuhri@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Cabang olahraga bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang ada di Indonesia dan perkembangan olahraga bulutangkis ini sangat membanggakan. Bulutangkis adalah olahraga raket untuk dua atau empat orang, dengan struktur temporal yang dicirikan oleh tindakan durasi pendek dan intensitas tinggi. *Jumping Smash* merupakan salah satu teknik penting dalam permainan bulutangkis karena untuk mendapatkan poin harus melakukan *jumping smash* ke area lawan. Pada saat melakukan *Jumping Smash* siswa fokus berkonsentrasi agar bisa lebih maksimal dalam mendapatkan poin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil ketepatan *jumping smash* bulutangkis serta mengetahui seberapa besar sumbangan antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil *jumping smash* bulutangkis. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dan desain yang digunakan adalah korelasional. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket *Grid Concentration Test* untuk mengukur tingkat konsentrasi siswa dan tes ketepatan *jumping smash* menggunakan instrumen test *jumping smash* James Poole. Berdasarkan hasil penelitian dengan sampel sebanyak 20 siswa menunjukkan bahwa, rata – rata status konsentrasi siswa adalah 13,60 dan hasil *jumping smash* bulutangkis adalah 23,25. Berdasarkan analisis *spearman* menunjukkan bahwa, tingkat konsentrasi siswa dengan hasil *jumping smash* bulutangkis memiliki nilai sig. ($0,786 > 0,447$), maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil ketepatan *jumping smash* bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Sidoarjo.

Kata kunci : konsentrasi Siswa, *Jumping Smash* Bulutangkis

Abstract

Badminton is one of the most popular sports in Indonesia. Furthermore, the development and achievement are also quite amazing. Badminton is included in racquet sport which is commonly played by two to four people with a temporal structure characterized by short duration and high-intensity actions. Jumping smash is one of the most important techniques in badminton. It is essential to do jumping smash to the opponent's area to gain points. The students need to fully concentrate while executing jumping smash. Thus, they can successfully gain more points. The purpose of this study was to find out the correlation between the students' concentration level and their jumping smash accuracy in badminton. This study belongs to a non-experimental study that had been conducted by using a correlational research design. There were two research instruments used by the researcher in conducting this study. First, Grid Concentration Test Questionnaire was used to measure the students' concentration. The second, The students' jumping test accuracy was measured by Jumping Smash James Poole. It showed that the students' concentration status mean was 13.60 and their score of the jumping smash was 23.25. Based on the Spearman analysis, it was indicated that the significant value of the correlation between the students' concentration level and their jumping smash score was $0.786 > 0.447$ which means that H_a was accepted and H_o was rejected. Regarding the result, it can be concluded that there is a significant relationship between the concentration level and the jumping smash accuracy of the students joining the badminton extracurricular in Junior High School 2 Sidoarjo.

Keywords: Students' concentration, Badminton, Jumping Smash.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan sebuah bentuk dalam bagian pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan bimbingan pengetahuan hidup sehat sebagai manfaat agar pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional. Sesuai dengan yang telah dikemukakan oleh Rusli Lutan (2000: 15) melalui aktivitas jasmani ini anak bisa untuk diarahkan belajar sehingga dapat terjadi perubahan tingkah laku yang menyangkut banyak aspek kegiatan fisik, intelektual, emosional, sosial dan kepribadian moral.

Ekstrakurikuler adalah bagian kegiatan kurikuler yang telah dilaksanakan oleh siswa didik di luar jam pembelajaran kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan berbagai pengawasan dari satuan pendidikan. Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan dengan bertujuan mengembangkan berbagai potensi, bakat, minat, kemampuan *skill*, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian seorang peserta didik secara optimal dalam rangka untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional. (Permen Nomor 62 th 2014 tentang kegiatan ekstrakurikuler). Kegiatan ekstrakurikuler Ini juga merupakan kegiatan tambahan di luar struktur program pembelajaran yang biasanya agar memperluas pengetahuan dan kemampuan akademik.

SMP Negeri 2 Sidoarjo ini merupakan salah satu dari sekolah yang mewajibkan bagi siswanya agar mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, sekolah yang terletak di tengah kota Sidoarjo yang memiliki jumlah 31 rombongan belajar yang terdiri dari peserta didik kelas IX sebanyak 402 siswa, kelas VIII sebanyak 375 siswa, kelas VII sebanyak 343 siswa yang dipimpin oleh kepala sekolah H. Mohammad Kholiq S.Pd., MM. Di SMP Negeri 2 Sidoarjo terdapat 22 macam ekstrakurikuler dan terdapat ekstrakurikuler bulutangkis yang merupakan salah satu kegiatan ekstra yang digemari oleh banyak siswa yang diungkapkan oleh pembina ekstra bulutangkis di SMP Negeri 2 Sidoarjo. Hal ini bukan tanpa sebab karena SMP Negeri 2 Sidoarjo ini sangat terkenal akan prestasi di bidang olahraganya dan di akademiknya, sehingga telah banyak menyumbang prestasi yang diraih oleh siswa siswi yang berprestasi di SMP Negeri 2 Sidoarjo.

Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Sidoarjo berjalan sangat cukup baik, latihan yang dilaksanakan dua kali dalam satu minggunya, pada hari Senin dan Rabu pukul 15.40-17.00 WIB. Sarana dan prasarana di sekolah yang digunakan untuk ekstra juga sangat mendukung, contoh semisalnya di lapangan yang akan digunakan masih sangat bagus ada 3 lapangan

(court) dan semua merupakan lapangan bulutangkis *indoor*.

Menurut pengamatan penulis dan wawancara terhadap guru ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Sidoarjo memberikan penjelasan bahwa masih ada beberapa siswa yang kurang bagus dalam melakukan *jumping smash*. kemampuan siswa saat melakukan *jumping smash* masih sangatlah bervariasi, ada murid yang sudah mampu dengan baik dan ada juga murid yang masih kurang mampu dalam menguasai ketepatan *jumping smash*, dan beberapa kegiatan pada ekstra banyak pemain yang gagal mendapatkan poin melalui *jumping smash* saat bermain. Besar kemungkinan hal ini dikarenakan tingkat konsentrasi yang rendah dari para pemain ketika melakukan *jumping smash*, sehingga dalam melakukan *jumping smash* sering gagal meskipun pada saat melakukan *jumping smash* ada banyak faktor penyebab yang mempengaruhi *jumping smash*. Setiap melakukan *jumping smash*, pemain yang berhasil umumnya melakukan konsentrasi. Konsentrasi ini membantu fisik dan mental memusatkan perhatian untuk melakukan *jumping smash* yang akurat (Oliver, 2007:30) Sedangkan Konsentrasi di dalam olahraga mempunyai peran penting, dengan berkurang atau sedikit terganggu konsentrasi atlet saat melakukan sesi latihan, apalagi pertandingan maka akan nampak berbagai macam-macam masalah. Dalam dunia olahraga sendiri, permasalahan yang sering muncul akibat terganggunya konsentrasi adalah berkurangnya suatu akurasi pukulan, lemparan, dan keras pukulan sehingga tidak tepat mengenai target. Ketepatan bisa sebagai suatu keterampilan motorik dan merupakan komponen kesegaran jasmani yang diperlukan ke dalam kegiatan keseharian saat beraktivitas. Ketepatan dapat berupa per gerakan (*performance*) bisa sebagai ketepatan hasil (*result*).

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga raket populer yang dapat dimainkan tanpa memandang usia (Bankosz, 2013: 54). Di dalam permainan bulutangkis pada saat permainannya berlangsung, dari masing-masing pemain berupaya memukul sebelum kok menyentuh bagian lantai di area permainan sendiri, apabila kok terjatuh di lantai atau menyangkut di atas net, maka permainan berhenti. (Subarjah, 2001: 3) *Jumping smash* merupakan salah satu teknik pukulan serangan utama di bulutangkis dengan menggunakan lompatan. *Jumping smash* ini dilakukan menggunakan kekuatan penuh atau dengan tenaga semaksimal mungkin, teknik pukulan yang diarahkan ke bawah dengan keras dan tajam sekuat tenaga mengarah ke area lapangan pihak musuh dengan cara melompat. Karena ini bertujuan untuk mendapatkan poin, pukulan *jumping smash* merupakan pukulan *forehand* dengan cara

melompat sambil melakukan *smash* yang dapat berkontribusi pada perolehan poin jika dilakukan dengan ketepatan yang benar, terutama apabila ada kok yang mengarah lambung di depan atau di atas pemukul. Tujuannya untuk menjatuhkan kok secepat mungkin ke bawah, area lapangan lawan. (Nurhasan, 2015: 31-32) Meskipun demikian teknik pukulan *overhead smash* adalah gerakan kompleks yang tergantung pada beberapa komponen tersebut (Hassan, 2017)

Konsentrasi memiliki ciri-ciri yaitu fokus pada suatu objek yang relevan, memelihara fokus perhatian dalam waktu yang lama, meningkatkan fokus perhatian jika diperlukan dan mempunyai kesadaran pada situasi. bahwa dalam olahraga terdapat keadaan faktor psikis seseorang dapat menunjang ataupun dapat menghalangi prestasi. Secara khusus, strategi seperti kepercayaan diri, relaksasi, motivasi, dan konsentrasi sesuai dengan perbedaan individu atlet di Indonesia (Bastug G., dkk 2017). Terganggunya fokus konsentrasi bisa berdampak sangat fatal pada atlet karena penurunan performa di lapangan, contohnya berkurangnya akurasi pukulan, sehingga tidak bisa mengenai sasaran dikarenakan konsentrasi sangat penting jadi pemain bulutangkis harus mempunyai fokus terhadap konsentrasi pada dirinya dan permainannya untuk menjaga setiap kontrol pukulan yang akurat. Mental atlet juga merupakan faktor yang tidak dapat diabaikan yang dapat mempengaruhi keberhasilan olahraga (Sari, 2015). Berdasarkan dari latar belakangnya dan beberapa landasan dari berbagai teori yang sudah dijabarkan, dapat ditarik satu hipotesis sebagai berikut. Konsentrasi memberikan kontribusi yang sangat signifikan dengan ketepatan *jumping smash* bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Sidoarjo.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan cara pendekatan deskriptif analisis korelasional. Analisis korelasi bertujuan untuk mengemukakan ada tidaknya sebuah hubungan dan apabila ada hubungan, seberapa eratnya hubungan itu serta berarti atau tidak hubungan itu (Arikunto, 2013: 313).

Populasi yang ada di dalam penelitian ini menggunakan para siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Sidoarjo yang berjumlahnya ada 50 orang siswa. Di dalam penelitian ini cara pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik dengan cara pengambilan sebuah sampel yang sudah diketahui karakteristiknya atau cirinya sudah diketahui lebih dulu berdasarkan dari ciri atau sifat populasi (Maksum, 2018: 71). Sampel di dalam penelitian ini adalah para murid yang mengikuti

kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis yang mempunyai kemampuan yang sama rata dan juga selalu aktif mengikuti ekstrakurikuler dan sering mengikuti perlombaan bulutangkis mewakili sekolah yang berjumlah 20 siswa di SMP Negeri 2 Sidoarjo.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data tingkat konsentrasi siswa yaitu *Grid Concentrations Test*. Untuk penilaian ketepatan *Jumping Smash* bulutangkis digunakan instrumen Tes ketepatan Jumping Smash James Poole yang masing-masing pukulan *jumping smash* dilakukan sebanyak 20 kali dari sisi kiri 10 kali *jumping smash* dan di sisi kanan 10 kali *jumping smash* masing-masing target mempunyai nilai dari yang terkecil 1,2,3 dan yang terbesar nilai 4. Analisa data menggunakan program aplikasi *computer SPSS (Statistical Package four the Social Sciences)* versi 25 dengan korelasi *Spearman Rho*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dituliskan dalam bentuk deskripsi data dan pengujian statistik. Deskripsi data yang dituliskan didapat dari tes konsentrasi dan tes ketepatan *Jumping Smash* Bulutangkis. Hasil penelitian sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Tes Tingkat Konsentrasi Siswa dengan Tes Ketepatan *Jumping Smash* Bulutangkis

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
Konsentrasi	20	7	20	13,60	4,535
Jumping Smash	20	12	41	23,25	8,385

Hasil perhitungan korelasi di tabel 1, didapatkan data bahwa nilai paling rendah dari variabel tingkat konsentrasi siswa memperoleh nilai standar deviasi 4,535. Sedangkan variabel ketepatan Jumping Smash memperoleh nilai standar deviasi 8,385.

Tabel 2. Uji Normalitas Konsentrasi Siswa dengan hasil Ketepatan *Jumping Smash* Bulutangkis

Deskriptif	Konsentrasi	Jumping Smash
N	20	20
Mean	13,60	23,25
Sig	0,200	0,034
Keterangan	P < 0,05	P > 0,05
Status	Normal	Tidak Normal

Dari Uji normalitas ini bertujuan agar memastikan bahwasanya data yang didapatkan

berdistribusi normal. Dalam uji normalitas berlaku ketentuan jika *p-value* lebih besar di banding (5%) atau 0,05 dapat dikatakan data berdistribusi normal kebalikannya jika *p-value* lebih kecil di banding (5%) atau 0,05 maka data dinyatakan data tidak berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Korelasi Spearman Rho

Nilai R _{tabel}	Nilai R _{hitung}	Keterangan	Status
0,447	0,786	r tabel < r hitung	Ada hubungan

Hasil perhitungan korelasi yang ada pada tabel 3, maka didapatkan nilai r tabel sebesar 0,447 yang kemudian dibandingkan terhadap nilai r hitung dengan taraf signifikan sebesar 5% maka didapat nilai r hitung sebesar 0,786. Dengan demikian r tabel lebih kecil daripada r hitung (0,447 < 0,786), dengan demikian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi siswa dengan hasil *jumping smash* bulutangkis pada ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Sidoarjo.

Hasil penelitian yang sudah dilaksanakan dengan bantuan aplikasi SPSS 25, dapat diketahui informasi bahwasanya ada hubungan yang signifikan di antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil ketepatan *jumping smash* bulutangkis pada ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Sidoarjo. Hal ini dapat dilihat berdasarkan nilai signifikan hubungan tingkat konsentrasi siswa dengan hasil ketepatan *jumping smash* bulutangkis yang lebih besar dari r tabel 0,447.

Ada beberapa faktor hal yang menyebabkan ada hubungan yang sangat signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil ketepatan *jumping smash* bulutangkis, antara lain setiap siswa ekstrakurikuler mempunyai kemampuan teknik dasar yang sama dan cukup baik.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang diuraikan jabarkan sebelumnya. Maka di dalam bab ini akan di sajikan kesimpulan dan saran. Adapun masing-masing pembahasan tersebut ini adalah:

1. Ada hubungan yang signifikan antara tingkatan konsentrasi siswa dengan hasil ketetapan *jumping smash* bulutangkis pada peserta ekstra kurikuler bulutangkis di SMPN 2 Sidoarjo, dengan nilai r tabel lebih kecil dari pada nilai r hitung 0,447 < 0,786.

2. Besar sumbangan tingkat konsentrasi siswa kepada hasil ketepatan *jumping smash* bulutangkis di SMP Negeri 2 Sidoarjo adalah sebesar 61,7%

Saran

Berdasarkan perolehan hasil pembahasan dalam penelitian ini, adapun beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi peserta siswa didik lebih ditingkatkan lagi teknik *jumping smash* dan konsentrasi saat melakukan *jumping smash* agar lebih baik.
2. Pelatih atau guru ekstrakurikuler tetap memberikan latihan konsentrasi dan teknik *jumping smash* meskipun hasil dari penelitian ini bisa ada hubungannya yang secara signifikan antara tingkat konsentrasi dengan hasil ketepatan *jumping smash* bulutangkis untuk mengasah kemampuan siswa semakin lebih baik
3. Dikarenakan ini bukan penelitian akhir bisa terus dikembangkan lagi dengan sampel yang lebih banyak lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi VI. Jakarta; PT Rineka Cipta.
- Bankosz, Z., Nawara, H., & Ociepa M. 2013. *Assessment of simple reaction time in badminton players*. Poland. Wroclaw University, vol 1 (20): hal 54-61.
- Bastug, G., Agilonu, A., & Balkan, N. 2017. *A study of attention and imagery capacities in badminton player*. Turkey. Mugla Sitki Kocman University, vol 19 (2): hal 307-312.
- Hassan, Ibrahim Hamed Ibrahim. 2017. *The Effect of Core Stability Training on Dynamic Balance and Smash Stroke Performance in Badminton Players*. Egypt. Zagazig University. International Journal of Sport Science and Physical Education. Vol 2 (3): hal 44 -52.
- Lutan, Rusli 2000. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode* : Jakarta. P2LPTK Dirjen Dikti Depdikbud.
- Maksum, A. 2018. *Metodologi Penelitian dalam olahraga*. Surabaya. Unesa University press.
- Nurhasan. 2015. *Bulutangkis* : Surabaya. Unesa University Press.
- Oliver, Jon. 2007. *Dasar – Dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya Pustaka.
- Permen nomor 62 th 2014 tentang kegiatan ekstrakurikuler,
- Sari, Ihsan. 2015. *An investigation of imagery, intrinsic motivation, selfefficacy and performance in Athletes*. Journal Sakarya University, School pf

Physical Education and Sports, vol 20(3): hal 675-688.

Subarjah Herman. 2001. *Pendekatan keterampilan taktis dalam pembelajaran bulutangkis konsep dan metode*. Jakarta pusat. Direktorat Jenderal.

