

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pengujian hipotesis mengenai hubungan konsentrasi terhadap ketepatan servis pendek pada cabang olahraga bulutangkis diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

Hasil tes konsentrasi yang diikuti oleh dua puluh orang pemain UKM bulutangkis Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) berdasarkan kriteria penilaian tes *gird concentration exercise* dari *Harris and Bettle* adalah (satu) orang memiliki konsentrasi dalam kriteria baik dengan jumlah nilai enam belas, (delapan) orang memiliki konsentrasi dalam kriteria sedang dengan jumlah nilai dari rentang Sebelas sampai Lima belas dan (sebelas) orang memiliki konsentrasi dalam kriteria kurang dengan jumlah nilai dalam rentang Enam sampai Sepuluh. Hasil tes ketepatan servis pendek Dua puluh orang pemain UKM bulutangkis Universitas Pendidikan Indonesia adalah (satu) orang memiliki kriteria sangat baik dengan nilai empat puluh tiga, (enam) orang memiliki kriteria baik dengan rentang nilai tiga puluh empat sampai empat puluh satu, (tujuh) orang memiliki kriteria cukup dengan rentang nilai dua puluh empat sampai dua puluh delapan dan (enam) orang memiliki kriteria kurang dengan rentang nilai sembilan belas sampai dua puluh.

Terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan hasil ketepatan servis pendek yang dilakukan oleh pemain UKM bulutangkis dengan tingkat korelasi sedang. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai sig (Nol koma nol empat enam) yang menyatakan ada hubungan antara konsentrasi dengan ketepatan servis pendek sedangkan nilai korelasi sebesar (Nol koma empat lima satu) yang membuktikan tingkat korelasi sedang.

B. Implikasi Dan Rekomendasi

a. Implikasi

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan secara konsisten menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan hasil ketepatan servis pendek pada cabang olahraga bulutangkis dengan tingkat korelasi sedang. Berdasarkan kesimpulan tersebut, hasil penelitian ini berimplikasi pada:

Hasil penelitian dapat dijadikan acuan bahan pertimbangan bagi para pemain bulutangkis dan pelatih ataupun Pembina cabang bulutangkis bahwa komponen psikologi olahraga seperti konsentrasi sangat berpengaruh terhadap servis pendek dalam bulutangkis. Dengan diketahui hubungan konsentrasi dengan ketepatan servis pendek pada olahraga bulutangkis, maka dapat digunakan penelitian lain mengenai hubungan konsentrasi pada cabang olahraga yang berbeda. Bagi para pemain bulutangkis yang masih memiliki tingkat konsentrasi rendah, diharapkan agar lebih berkonsentrasi lagi sehingga dapat meningkatkan ketepatan servis pendeknya

b. Rekomendasi

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka rekomendasi yang diajukan penulis untuk Pembina, pelatih, dan atlet pada cabang olahraga bulutangkis, serta untuk penelitian selanjutnya sebagai berikut: Bagi para Pembina atau pelatih cabang olahraga bulutangkis hendaknya dapat memperhatikan komponen-komponen psikologi olahraga yang baik dan berkualitas. Khususnya untuk para Pembina serta pelatih dari penelitian ini kita bisa lebih mengetahui bahwa komponen psikologi olahraga dalam permainan bulutangkis memiliki kontribusi dalam hasil ketepatan servis pendek. Oleh karena itu para Pembina atau pelatih harus bijak dalam membuat program latihan untuk dapat menunjang kemampuan seseorang dalam melakukan servis yang baik dan tepat pada sasaran. Meskipun Konsentrasi memiliki kontribusi dalam hal servis pendek tetapi Pembina dan pelatih tetap harus memperhatikan factor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan servis pendek.

Bagi rekan-rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian lanjut dengan komponen kondisi psikologi olahraga untuk mengetahui hubungan terhadap hasil servis pendek dalam permainan bulutangkis, penulis menganjurkan untuk mencoba komponen kondisi psikologi olahraga yang lainnya. Untuk intitusi kedepannya semoga dapat menyediakan alat teknologi terbaru untuk tes tingkat konsentrasi yang nantinya akan mempermudah mahasiswa untuk meneliti seberapa besar tingkat konsentrasi seseorang. Karena apabila terdapat alat-alat teknologi terbaru maka penelitian apapun akan menjadi lebih mudah dan menjadi lebih efisien, kemudian untuk tingkat *human error* nya pun lebih sedikit, hal ini disebabkan jika sebuah penelitian dibantu dengan alat hasil uji validitas dan reliabilitas maka akan mendapatkan hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambler, Vic. (2006). *Bola Basket*. Bandung : CV. PIONIR JAYA
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta:: Rineka Cipta.
- Cox, R.H., 2002, *Sport Psychology, Concept & Applications*, Boston : McGraw Hill.
- Grice, T. (2015). *Bulutangkis :Petunjuk Praktis untuk pemula dan lanjutan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Harris, Bette L Haris. (1984). *The Athlete's Guide to Sport Psychology Mental Skill for physical people*. Washington, D.C. : American Association for Health
- Harsono. (1998). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta : cv Tambak Kusuma.
- Herman, S. (2009). *Permainan Bulutangkis*. Bandung: UPI.
- Hidayat, Y. (2009). *psikologi Olahraga*. Bandung: cv. Bintang warliartika.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga: Latihan Keterampilan Mental Dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Leona, S. Z. (2014). *Hubungan Konsentrasi dengan Hasil Shooting Pada Olahraga Permainan Bola Basket*. (Skripsi): Universitas Pendidikan Olahraga.
- Lismadina, d. (2003). *Pelatihan menggunakan Metode Meditasi otogenik untuk Meningkatkan Konsentrasi Dalam Menghadapi Pertandingan Renang*. (Article): Fakultas Ilmu keolahragaan UNY.
- Lismanida, S. A. (2003). *Penggunaan Metode Hypnotherapy untuk Meningkatkan Konsentrasi saat Start dalam Renang*. 15(2), hlm. 111-124: Journal Iptek Olahraga.
- Matlin, M.W., 1998, *Cognition*, edition, Orlando : Harcourt Brace College Publisher.
- Monty P. Satiadarma. (2000). *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan

- Nurhasan & Cholil, D. (2007). *Modul Tes Pengukuran Dan Keolahrgaan*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Olahraga.
- Pitra, H. (2009). *Hubungan Kepercayaan Diri Terhadap Servis Pendek Dalam Bulutangkis*. Skripsi: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Priambodo. (2010). *Pengembangan Model Pelatihan Konsentrasi Untuk Meningkatkan Prestasi Atlet Bulutangkis*. Surabaya: kementrian Pendidikan Nasional Replublik Indonesia.Unesa.
- Puspaningrum, Q. (2013). *Pengaruh Latihan Meditasi Otogenetik Terhadap peningkatan Konsentrasi Latihan*. (skripsi): Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Oahraga*. Semarang: IKIP Semarang.
- Sikadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Tennis*. Yogyakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Subarjah Herman (2009). *Permainan Bulutangkis*, Bandung: Upi
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A dan Rahayu, Nur Indri. (2016). *Modul Statistika Untuk Ilmu Keolahragaan*. Bandung : IKOR FPOK UPI
- Susetyo, B. (2010). *Statiska Untuk Analisis Data Penelitian*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Tantara, F. A. (2016). *Konsentrasi Kontribusi Dan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Ketepatan Servis Pendek*. *Kesehatan Olahraga*, 114.