



Indonesian Journal of Sport Science and Coaching
E-ISSN 2685-9807

Volume 08 Number 01, 2026, Pages 53-62

Available online at:

<https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index>

DOI : 10.22437/ijssc.v8i1.53459

Research Article



Hubungan Tingkat Konsentrasi terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Bola Voli Bersaudara Jambi

The Relationship Between Concentration Level and Smash Accuracy of Bersaudara Jambi Volleyball Athletes

Ani Puspitasari^{1*}, Boy Indrayana², Iwan Budi Setiawan³

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia¹

Pendidikan Kepalatihan Olahraga, Universitas Jambi, Indonesia^{2,3}

Correspondence author : anipspt04@gmail.com¹

Informasi Artikel	ABSTRACT
<p>Submit: 18 – 02 – 2026 Diterima: 07 – 03– 2026 Dipublikasikan: 08 – 03– 2026</p>	<p><i>This study aimed to examine the relationship between concentration levels and smash accuracy among Bersaudara Jambi Volleyball Club athletes, as well as to emphasize the role of psychological factors in the performance of club-level athletes. A quantitative method with a correlational design was employed. The study population consisted of 50 athletes, and a purposive sample of 30 athletes was selected. Concentration was measured using the Grid Concentration Test, while smash accuracy was assessed with the AAHPER Smash Accuracy Test. Data were analyzed using descriptive and inferential statistics, including normality and linearity tests, Pearson Product Moment correlation, and simple linear regression. The results indicated that the data were normally distributed and that a linear relationship existed between the two variables. The correlation coefficient was $r = 0.765$ with a significance value of 0.001 ($p < 0.05$), demonstrating a strong and positive relationship between concentration levels and smash accuracy. Simple linear regression produced the equation $Y = 10.019 + 0.665X$ with an R^2 of 0.585, indicating that concentration accounts for 58.5% of smash accuracy, while 41.5% is influenced by other factors. These findings suggest that psychological aspects significantly affect smash performance, highlighting the importance for coaches to integrate concentration and focus training, as well as match-like drills, into regular practice to enhance accuracy and overall athlete performance.</i></p>
<p>Keywords: Concentration, Smash Accuracy, Volleyball</p>	
Penerbit	ABSTRAK
<p>Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepalatihan, FKIP Universitas Jambi, Jambi- Indonesia</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan smash pada atlet klub Bola Voli Bersaudara Jambi, sekaligus menekankan peran aspek psikologis terhadap teknik performa atlet tingkat klub. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan</p>

korelasional. Populasi penelitian terdiri dari 50 atlet, dengan 30 atlet dipilih sebagai sampel melalui teknik purposive sampling. Tingkat konsentrasi diukur menggunakan Grid Concentration Test, sedangkan ketepatan smash diukur dengan AAHPER Smash Accuracy Test. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial, termasuk uji normalitas, uji linearitas, korelasi Pearson Product Moment, dan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan data terdistribusi normal dan hubungan antara kedua variabel bersifat linear. Koefisien korelasi sebesar $r = 0,765$ dengan nilai signifikansi $0,001$ ($p < 0,05$) menunjukkan hubungan positif dan signifikan dengan kategori kuat antara konsentrasi dan ketepatan smash. Analisis regresi linier sederhana menghasilkan persamaan $Y = 10,019 + 0,665X$ dengan R^2 sebesar $0,585$, yang berarti tingkat konsentrasi berkontribusi $58,5\%$ terhadap ketepatan smash, sedangkan $41,5\%$ dipengaruhi faktor lain di luar penelitian. Temuan ini menegaskan bahwa aspek psikologis memiliki peran penting dalam keberhasilan smash, sehingga pelatih perlu memasukkan latihan konsentrasi, fokus, dan simulasi pertandingan ke dalam program latihan untuk meningkatkan akurasi dan performa atlet.

Kata kunci: Konsentrasi, Ketepatan *smash*, Bola Voli



This IJSSC : Indonesian Journal of Sport Science and Coaching is licensed under a CC BY-NC-SA ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/))

PENDAHULUAN

Bola voli merupakan olahraga beregu yang banyak diminati masyarakat dan sering diterapkan dalam kegiatan pendidikan jasmani maupun pembinaan prestasi karena peralatannya sederhana serta mudah dilaksanakan (de Oliveira Castro *et al.*, 2022). Bola voli merupakan jenis olahraga tim yang melibatkan dua kelompok pemain yang bersaing satu sama lain, dengan masing-masing kelompok terdiri dari enam anggota yang beraktivitas di area permainan (Apriyanto *et al.*, 2023). Karakter permainan yang cepat dan dinamis menuntut setiap pemain mampu beradaptasi dengan perubahan situasi pertandingan. Pemain harus menguasai keterampilan teknik secara tepat dalam waktu singkat serta mampu merespons pergerakan bola, posisi rekan setim, dan penempatan pemain lawan secara bersamaan. Kondisi tersebut menyebabkan pemain tidak hanya dituntut memiliki kemampuan fisik dan teknik yang baik, tetapi juga kemampuan mengolah informasi permainan secara cepat agar dapat menentukan tindakan yang tepat.

Salah satu teknik yang berperan penting dalam memperoleh poin adalah *smash* sebagai bentuk serangan utama. *Smash* dilakukan melalui rangkaian gerak yang meliputi awalan, tolakan, pukulan, dan pendaratan yang harus dilakukan dengan koordinasi gerak dan timing yang tepat. Keberhasilan pelaksanaan *smash* tidak hanya ditentukan oleh kekuatan dan penguasaan teknik, tetapi juga kemampuan memusatkan perhatian pada arah umpan, waktu lompatan, serta sasaran pukulan. Apabila perhatian pemain terganggu, maka timing lompatan, arah pukulan, dan penempatan bola menjadi kurang akurat sehingga peluang memperoleh angka berkurang. Oleh karena itu, konsentrasi menjadi salah satu faktor yang diduga berkaitan dengan ketepatan *smash* dalam permainan bola voli.

Dalam olahraga bola voli, kemampuan untuk menguasai teknik-teknik fundamental memegang peran krusial, karena hal itu dapat berpengaruh langsung terhadap mutu dan hasil pertandingan. Setiap tindakan dalam permainan berjalan

melalui serangkaian gerakan yang tersusun dan saling berhubungan satu sama lain. Teknik dalam bermain bola voli adalah cara bermain bola yang dilaksanakan dengan tingkat efisiensi dan efektivitas yang optimal, sambil tetap mengikuti ketentuan yang berlaku, sehingga bisa menghasilkan performa terbaik (Fatchurahman & Rahma, 2025). Mori Saputra *et al.*, (2021) mengatakan bahwa ada beberapa teknik yang wajib dikuasai dalam bermain bola voli, yaitu *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*. Salah satu strategi utama untuk memperoleh poin dalam pertandingan bola voli adalah dengan mengeksekusi *smash*. *Smash* adalah pukulan kuat yang mengarah ke area pertahanan lawan agar bisa mendapatkan poin (Insanistyo *et al.*, 2023). Keberhasilan *smash* tidak semata-mata bergantung pada kekuatan pukulan, melainkan juga pada kemampuan mengarahkan bola secara akurat ke ruang kosong di pihak lawan. Ketidaktepatan penempatan bola akan memudahkan lawan melakukan pertahanan bahkan berpotensi menghasilkan kesalahan sendiri. Oleh karena itu, pemain harus mampu mengarahkan perhatian pada target sasaran agar pukulan yang dilakukan lebih terkontrol dan akurat.

Permainan bola voli adalah sebuah olahraga yang menggabungkan berbagai aspek seperti teknik, fisik, taktik, dan psikologi. (Samsudin & Nasrullah, 2024). Setiap unsur tersebut saling berkaitan dalam menentukan keberhasilan pemain saat bertanding. Aspek fisik berkaitan dengan kekuatan dan daya ledak otot, aspek teknik berkaitan dengan keterampilan memainkan bola, sedangkan aspek taktik berkaitan dengan strategi penempatan bola dan kerja sama tim. Adapun aspek psikologis berhubungan dengan kemampuan pemain mengendalikan perhatian selama permainan berlangsung. Salah satu bentuk kemampuan tersebut adalah konsentrasi, yaitu kemampuan memusatkan perhatian pada rangsangan yang relevan dan mengabaikan gangguan. Oleh karena itu, tanpa fokus yang baik keterampilan teknik yang telah dikuasai tidak selalu dapat diterapkan secara optimal selama permainan berlangsung.

Dalam aktivitas olahraga permainan yang berlangsung dalam situasi pertandingan yang berubah-ubah seperti permainan bola voli, kemampuan memusatkan perhatian atau konsentrasi sangat diperlukan selama proses pelaksanaan gerak. Konsentrasi merupakan kemampuan individu untuk memfokuskan perhatian pada rangsangan pada hal-hal yang penting sambil mengesampingkan gangguan yang tidak signifikan (Gustian, 2013). Sejalan dengan itu, Mahanani Rosa Anggitaning & Nanang (2021) menyatakan bahwa konsentrasi merujuk pada kapasitas seseorang untuk mengarahkan pikiran dan perhatiannya secara penuh ke arah objek atau tujuan yang spesifik. Selain itu Weinberg & Gould (2018) menjelaskan bahwa dalam olahraga, konsentrasi berarti atlet mampu fokus pada isyarat yang penting. Seorang atlet dikatakan berkonsentrasi jika ia mampu memfokuskan perhatian pada hal yang relevan, mempertahankan fokus tersebut dalam jangka waktu tertentu, meningkatkan konsentrasi saat diperlukan, serta tetap menyadari situasi di sekitarnya (Zunita, 2025). Atlet yang memiliki konsentrasi baik akan lebih mampu memperkirakan datangnya bola, menentukan waktu lompatan, serta mengarahkan pukulan dengan tepat. Sebaliknya, gangguan perhatian dapat menyebabkan kesalahan waktu perkenaan bola, arah pukulan tidak sesuai sasaran, maupun kegagalan melakukan kontak bola secara optimal.

Ketepatan adalah kapasitas untuk mengarahkan gerakan dengan presisi menuju sasaran yang tepat, sesuai dengan rencana yang telah ditentukan sebelumnya. (Cahyaningrum *et al.*, 2018). Ketepatan *smash* dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menempatkan bola hasil pukulan *smash* ke area sasaran tertentu di lapangan lawan sesuai tujuan penyerangan. Ketepatan ini

ditunjukkan melalui kemampuan mengontrol arah pukulan, menentukan sudut kontak bola, serta menyesuaikan waktu lompatan dengan datangnya umpan sehingga bola jatuh pada daerah yang sulit dijangkau oleh pemain lawan. Dengan demikian, *Smash* yang efektif tidak semata-mata ditentukan oleh kekuatan pukulan saja, melainkan juga tergantung pada keterampilan pemain mengarahkan bola secara tepat ke area kosong di pertahanan lawan

Dalam proses latihan, pelatih umumnya lebih menitikberatkan pada penguasaan teknik dasar dan peningkatan kondisi fisik, sedangkan aspek konsentrasi pemain belum selalu mendapatkan perhatian secara terstruktur. Berdasarkan hasil observasi awal pada sesi latihan dan pertandingan internal Klub Bersaudara Jambi, masih ditemukan kesalahan *smash* berupa keterlambatan timing lompatan, kurang tepatnya perkenaan bola, serta penempatan bola yang keluar lapangan atau mudah diantisipasi lawan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya permasalahan faktual yang berkaitan dengan konsentrasi dan ketepatan *smash*, sehingga perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui secara jelas hubungan antara kedua variabel tersebut.

Berdasarkan penjelasan tersebut, konsentrasi diduga berkaitan dengan tingkat akurasi *smash* dalam permainan bola voli. Penelitian yang dilakukan oleh Zunita, (2025) menganalisis hubungan konsentrasi dan kepercayaan diri terhadap kemampuan *smash* pada atlet bola voli usia 12–17 tahun di klub Pervas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek psikologis berpengaruh terhadap keberhasilan *smash*. Namun, penelitian tersebut mengkaji dua variabel psikologis secara bersamaan serta dilakukan pada kelompok usia remaja, sehingga belum menempatkan konsentrasi sebagai variabel utama yang dihubungkan langsung dengan ketepatan arah pukulan pada atlet klub. Sementara itu, penelitian Kurniawan *et al.*, (2021) menemukan adanya hubungan positif antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan servis bola voli pada peserta Arest Volleyball Club, tetapi fokus penelitian masih pada teknik servis sebagai awal permainan, bukan pada *smash* sebagai teknik serangan utama.

Perbandingan tersebut menunjukkan bahwa penelitian sebelumnya telah mengkaji peranan konsentrasi dalam keterampilan bola voli, namun belum secara spesifik menguji hubungan tingkat konsentrasi dengan ketepatan *smash* pada atlet bola voli tingkat klub. Dengan demikian, masih terdapat kesenjangan penelitian pada indikator keterampilan yang diteliti dan karakteristik subjek penelitian. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian konsentrasi sebagai variabel utama yang dihubungkan langsung dengan ketepatan *smash* pada atlet klub yang telah menjalani pembinaan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan *smash* atlet bola voli. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi pelatih dalam mengembangkan latihan yang tidak hanya menekankan aspek teknik, tetapi juga kemampuan memusatkan perhatian saat melakukan pukulan serangan.

METODE

Peneitan ini memakai metode deskriptif berbasis kuantitatif dengan rancangan korelasional. Pemilihan pendekatan kuantitatif dilakukan karena penelitian ini berupaya mengukur variabel penelitian dalam bentuk angka dan menganalisis hubungan antar variabel secara statistik. Desain korelasional dipilih karena penelitian ini tidak bermaksud memberikan perlakuan (*treatment*) atau eksperimen pada subjek, tetapi untuk melihat apakah terdapat keterkaitan antara variabel bebas, yaitu konsentrasi, dan variabel terikat, yakni ketepatan *smash*. Putri (2025), menyatakan

bahwa penelitian korelasional bertujuan mengidentifikasi serta analisis hubungan dua atau lebih variabel tanpa adanya intervensi atau perlakuan terhadap subjek penelitian.

Populasi mencakup semua elemen yang menjadi fokus penelitian, termasuk objek dan subjek yang memiliki ciri dan karakteristik tertentu (Firdaus *et al.*, 2023). Populasi dalam penelitian ini mencakup semua atlet bola voli yang menjadi anggota klub Bersaudara Jambi, dengan jumlah total sebanyak 50 orang. Populasi ini dipilih karena sejalan dengan tujuan penelitian, yaitu menghubungkan tingkat konsentrasi dengan tingkat ketepatan *smash*. Menurut Firdaus *et al.* (2023) sampel adalah sebagian dari populasi yang digunakan sebagai representasi untuk memperoleh data penelitian secara langsung. Sampel merupakan sebagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 atlet. Penentuan sampel didasarkan pada kriteria, yaitu: (1) atlet yang aktif tergabung dalam klub bola voli Bersaudara Jambi; (2) mengikuti program latihan secara rutin minimal dalam tiga bulan terakhir; (3) mampu melakukan teknik *smash* sesuai kaidah teknik dasar bola voli; (4) berposisi sebagai open spiker, middle blocker, atau universal; dan (5) bersedia menjadi responden penelitian serta mengisi instrumen yang digunakan.

Pada penelitian ini, pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen utama, yakni *Grid Concentration Test* (GCT) untuk menilai tingkat konsentrasi dan *AHHPER Smash Accuracy Test* untuk mengukur ketepatan *smash*. *Grid Concentration Test* (GCT) adalah instrumen psikologis yang dirancang untuk mengukur kemampuan konsentrasi visual dan perhatian berkelanjutan (*sustained attention*) dalam konteks olahraga. Kedua instrumen ini sudah diuji secara langsung pada atlet dengan melihat kesesuaian isi soal (validitas konten) dan konsistensi hasil pengukuran melalui pengulangan tes (*test-retest*). Hasil penelitian Hambali *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa GCT memiliki nilai validitas 0,980 dan reliabilitas 0,931, yang termasuk sangat tinggi, sehingga tes ini dapat dipercaya untuk mengukur konsentrasi dalam konteks olahraga. Sedangkan instrumen *AAHPER Smash Accuracy Test* menurut penelitian Nandaka Dwinata *et al.*, (2022) memiliki nilai validitas 0,84 dan reliabilitas 0,94, sehingga dapat diandalkan untuk menilai ketepatan *smash* atlet bola voli.

Data penelitian kemudian dianalisis melalui teknik statistik deskriptif untuk menguraikan data dasar dan statistik inferensial yang meliputi beberapa langkah. Pertama, uji normalitas dilakukan untuk memastikan distribusi data yang digunakan dalam analisis berikutnya. Normalitas diuji menggunakan *Shapiro-Wilk*. Selanjutnya, uji linearitas digunakan untuk memverifikasi bahwa hubungan kedua variabel bersifat linear. Uji linearitas dilakukan dengan *ANOVA test for linearity*. Jika asumsi tidak terpenuhi, alternatif yang dapat digunakan antara lain transformasi data atau uji korelasi non-parametrik seperti Spearman. Setelah asumsi terpenuhi, hubungan antara konsentrasi dan ketepatan *smash* dianalisis menggunakan *korelasi Pearson Product Moment*, dan regresi linier sederhana dilakukan untuk memprediksi ketepatan *smash* berdasarkan tingkat konsentrasi. Hasil regresi meliputi koefisien regresi, koefisien determinasi (R^2), dan signifikansi, yang digunakan untuk menilai kontribusi variabel konsentrasi terhadap ketepatan *smash*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

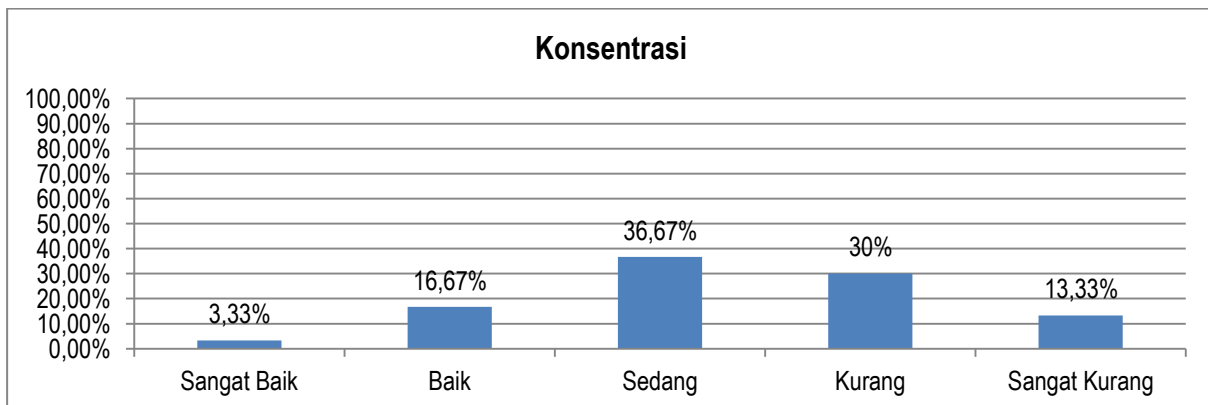
Dari penelitian yang telah dilaksanakan, diperoleh gambaran umum mengenai tingkat konsentrasi dan ketepatan *smash* atlet bola voli Klub Bersaudara Jambi. Data dikumpulkan melalui tes konsentrasi dan tes ketepatan *smash* yang diberikan

kepada seluruh sampel penelitian sesuai prosedur pengukuran. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui nilai rata-rata, nilai maksimum, nilai minimum, serta standar deviasi sebagai gambaran umum kondisi masing-masing variabel. Adapun hasil deskriptif data yang diperoleh disajikan sebagai berikut.

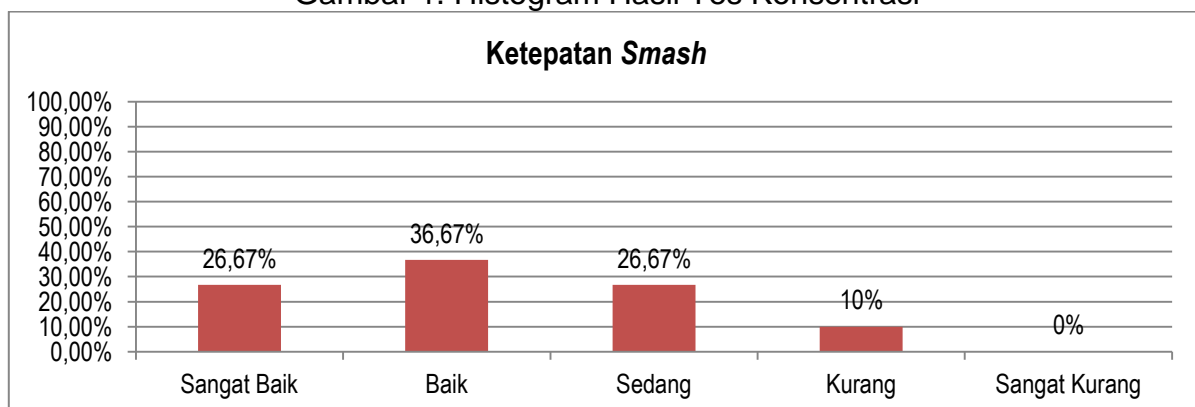
Tabel 1. Deskriptif Statistic Konsentrasi dan Ketepatan *Smash*

Keterangan	Rata-Rata	SD	Varian	Skor Maximum	Skor Minimum	N (Sampel)
Konsentrasi (X)	10,91	4,490	20,162	21	3	30
Ketepatan <i>Smash</i> (Y)	17,27	3,903	15,237	23	9	30

Berdasarkan hasil statistik deskriptif pada 30 subjek penelitian, variabel tingkat konsentrasi (X) memiliki nilai rata-rata 10,91, simpangan baku 4,490, dan varian 20,162, dengan skor maksimum 21 dan minimum 3. Besarnya simpangan baku menunjukkan adanya variasi kemampuan konsentrasi antar atlet, yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor individu seperti pengalaman bermain dan tingkat keaktifan mengikuti latihan. Variasi konsentrasi ini berdampak pada ketepatan *smash* (Y), karena atlet dengan konsentrasi lebih tinggi cenderung mampu melakukan *smash* dengan lebih tepat, sedangkan atlet dengan konsentrasi lebih rendah menunjukkan variasi ketepatan yang lebih besar. Variabel ketepatan *smash* memiliki rata-rata 17,27, simpangan baku 3,903, dan varian 15,237, dengan skor maksimum 23 dan minimum 9, menunjukkan penyebaran yang lebih merata dibandingkan konsentrasi, kemungkinan akibat latihan teknik *smash* yang rutin dan standar instruksi pelatihan yang seragam.



Gambar 1. Histogram Hasil Tes Konsentrasi



Gambar 2. Histogram Hasil Tes Ketepatan *Smash*

Tahapan berikutnya dalam analisis data adalah pelaksanaan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas, kemudian dilanjutkan dengan uji korelasi serta analisis regresi linear sederhana. Seluruh proses pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan aplikasi statistik SPSS, sehingga perhitungan diperoleh secara sistematis, terukur, serta dapat dipertanggungjawabkan secara akademis.

Pada penelitian ini, pengujian normalitas data dilakukan dengan metode Shapiro–Wilk pada tingkat signifikansi 0,05. Uji ini dipilih karena ukuran sampel kurang dari 50 yaitu hanya 30 sampel. Jika $p > 0,05$ maka data dianggap berdistribusi normal, dan jika $p < 0,05$ maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwasannya data konsentrasi memiliki nilai sebesar 0,791 dan data ketepatan *smash* sebesar 0,134 dimana nilai ini lebih besar dari 0,05 maka dapat dinyatakan bahwasannya data konsentrasi dan ketepatan *smash* berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil uji Normalitas

Variabel	<i>p-value</i>	Sig	Keterangan
Konsentrasi (X)	0,791	0,05	Normal
Ketepatan <i>smash</i> (Y)	0,134	0,05	Normal

a. Lilliefors Significance Correction

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen (konsentrasi) dan variabel dependen (ketepatan *smash*) bersifat linear. Dinyatakan linier apabila nilai sig $> 0,05$. Berdasarkan hasil uji linieritas yang dilakukan nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,094, yang lebih besar dari 0,05. Artinya, hubungan antara konsentrasi dan ketepatan tidak menunjukkan penyimpangan yang berarti dari pola garis lurus. Dengan kata lain, hubungan kedua variabel tersebut dapat dikatakan berjalan secara linear.

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas

Pengaruh antar Variabel	Sig.	Keterangan
Ketepatan <i>smash</i> (Y) * Konsentrasi (X)	0,094	Linier

Setelah dilakukannya uji normalitas dan linieritas langkah selanjutnya yaitu uji korelasi untuk mengetahui kekuatan hubungan dan arah hubungan antara dua variabel. Berdasarkan hasil uji korelasi, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,765 dengan nilai signifikansi sebesar ($0,001 < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan *smash*. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,765 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori kuat dan memiliki arah hubungan positif.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi

<i>Person correlation</i>	1	.765
<i>Sig (2 tailed)</i>		.001
<i>N</i>	30	30

Setelah dilakukannya uji korelasi maka dilanjutkan uji regresi linier sederhana, Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana diperoleh nilai konstanta (a) sebesar

10,019 dan koefisien regresi (b) variabel konsentrasi sebesar 0,665. Dengan demikian persamaan regresi $Y=10,019+0,665X$

Persamaan ini mengindikasikan bahwa setiap kenaikan 1 satuan pada tingkat konsentrasi akan diikuti peningkatan ketepatan *smash* sebesar 0,665 satuan.

Tabel 5. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
	B	Std. Error	Beta
(Constant)	10.019	1.244	
Konsentrasi (X)	.665	.106	.765

Koefisien determinasi atau R^2 merupakan statistik yang dipakai untuk menggambarkan sejauh mana variabel independen berkontribusi terhadap variabel dependen dengan melihat nilai koefisien determinasi keseluruhan, yang disebut sebagai (r^2). Dari hasil pengujian koefisien determinasi diperoleh nilai R Square sebesar 0,585, yang mengindikasikan bahwasanya tingkat konsentrasi berkontribusi sebesar 58,5% terhadap ketepatan *smash* atlet bola voli.

Tabel 6. Hasil Koefisien Determinan

Model Summary			
R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.765 ^a	.585	.570	2.559

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan *smash* atlet bola voli. Hasil uji korelasi pearson menunjukkan $r = 0,765$ dengan signifikansi 0,001 ($p < 0,05$), menandakan hubungan positif dan kuat antara konsentrasi dan ketepatan *smash*. Temuan ini sejalan dengan penelitian Adam Kurniawan *et al.* (2021) yang menunjukkan hubungan signifikan antara tingkat konsentrasi dan ketepatan servis bola voli ($r = 0,675$), meskipun jenis teknik yang dianalisis berbeda. Kekuatan hubungan kemungkinan dipengaruhi oleh keaktifan latihan rutin dan posisi bermain atlet yang menuntut fokus tinggi, sehingga peningkatan konsentrasi langsung mendukung akurasi *smash*. Hasil ini menegaskan bahwa pengembangan konsentrasi individu menjadi faktor penting untuk meningkatkan keterampilan teknis dalam permainan.

Besarnya koefisien determinasi diperoleh dari $r^2 = 0,765^2 = 0,585$ atau 58,5%, yang menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi memberikan kontribusi sebesar 58,5% terhadap variasi ketepatan *smash*. Sementara itu, sekitar 41,5% sebagian lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian, misalnya kekuatan otot tungkai, koordinasi gerak, teknik pukulan, timing lompatan, serta kualitas umpan.

Hasil uji regresi linear sederhana juga memperkuat temuan tersebut. Diperoleh konstanta sebesar 10,019 dan koefisien regresi sebesar 0,665, sehingga persamaan regresinya $Y = 10,019 + 0,665X$. Persamaan ini mengindikasikan bahwa kenaikan satu unit pada tingkat konsentrasi akan diikuti oleh peningkatan ketepatan *smash* sebesar 0,665 satuan. Koefisien beta terstandar sebesar 0,765 menunjukkan arah hubungan yang positif dan kuat, sehingga konsentrasi dapat digunakan untuk memperkirakan perubahan ketepatan *smash* atlet.

Menurut Schefke & Gronek, (2010) Konsentrasi merupakan proses pemusatan kesadaran pada informasi atau stimulus yang relevan dengan tugas serta mengabaikan rangsangan yang tidak berkaitan dengan pelaksanaan aktivitas. Dalam

permainan bola voli, pelaksanaan *smash* menuntut perhatian yang terfokus terhadap arah datangnya umpan, waktu tolakan, posisi tubuh di udara, serta penentuan sasaran pukulan. Apabila perhatian atlet terpecah, koordinasi gerak menjadi kurang optimal sehingga akurasi pukulan menurun.

Smash merupakan teknik serangan yang kompleks karena menuntut pemain melakukan pengamatan terhadap situasi permainan, mengantisipasi pergerakan lawan, serta mengambil keputusan dengan cepat untuk memenangkan poin (Cojocarú *et al.*, 2019). Atlet harus memperkirakan kecepatan dan ketinggian bola, menentukan waktu lompatan, serta mengarahkan bola ke area kosong di lapangan lawan. Oleh karena itu, atlet dengan tingkat konsentrasi yang baik cenderung mampu melakukan timing lompatan dan kontak bola secara tepat sehingga peluang keberhasilan *smash* meningkat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi memiliki hubungan yang kuat dengan ketepatan *smash*, sejalan dengan temuan dari Kurniawan *et al.*, (2021) dan Zunita (2025) mengenai pentingnya konsentrasi dalam keberhasilan teknik bola voli. Hasil ini relatif lebih tinggi dibandingkan penelitian Adam Kurniawan yang meneliti ketepatan servis, sehingga menunjukkan bahwa pengaruh konsentrasi pada *smash* bisa lebih kuat pada konteks latihan dan posisi bermain tertentu. Temuan ini menegaskan kebaruan studi ini dengan menyoroti hubungan konsentrasi khusus pada teknik *smash*, yang sebelumnya jarang diteliti secara spesifik. Temuan ini menunjukkan bahwa latihan konsentrasi perlu dilakukan secara terstruktur, misalnya melalui latihan fokus visual, simulasi tekanan pertandingan, atau pengulangan pola gerakan, agar kemampuan melakukan *smash* semakin akurat. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, karena jumlah sampel yang relatif kecil dan hanya melibatkan satu klub, sehingga hasilnya tidak bisa digeneralisasi secara luas. Meskipun demikian, studi ini tetap memberikan panduan praktis dan menjadi dasar ilmiah untuk mengembangkan program latihan yang menekankan penguatan konsentrasi bagi atlet bola voli.

KESIMPULAN

Konsentrasi berperan penting dalam meningkatkan ketepatan *smash*, sehingga latihan yang mengembangkan fokus visual, simulasi tekanan pertandingan, atau pengulangan pola gerakan perlu diintegrasikan secara terstruktur bersama latihan teknik dalam program pembinaan atlet. Peningkatan konsentrasi akan mendukung akurasi dan konsistensi gerakan *smash*, sekaligus meningkatkan performa permainan bola voli secara keseluruhan. Dengan demikian, program latihan yang menekankan aspek konsentrasi menjadi komponen penting untuk mengoptimalkan kemampuan teknik dan hasil pertandingan.

DAFTAR RUJUKAN

- Apriyanto, S., Perdima, F. E., & Sumantri, A. (2023). Analisis Tingkat Keterampilan Servis Atas Pada Siswa / Siswi Ekstrakurikuler Bola Voli Di Mts Negeri 01 Kabupaten Lebong. *Jurnal Pendidikan Olahraga*4(3), 219–224.
<https://doi.org/10.33258/joder.v4i3.4640>
- Cahyaningrum, G. K., Asnar, E., & Wardani, T. (2018). Perbandingan Latihan Bayangan dengan Drilling dan Strokes Terhadap Kecepatan Reaksi dan Ketepatan Smash. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 159.
https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12328
- Cojocarú, A. M., Cojocarú, M., & Grapă, F. (2019). Study on the Efficiency of the Attack and in Volleyball at the Female Teams in Division A1. *Gymnasium*, 20(2),

- 12–22. <https://doi.org/10.29081/gsjesh.2019.20.2.02>
- de Oliveira Castro, H., Laporta, L., Lima, R. F., Clemente, F. M., Afonso, J., da Silva Aguiar, S., de Araújo Ribeiro, A. L., & De Conti Teixeira Costa, G. (2022). Small-sided games in volleyball: A systematic review of the state of the art. *Biology of Sport*, 39(4), 995–1010. <https://doi.org/10.5114/biolsport.2022.109960>
- Fatchurahman, R., & Rahma, R. (2025). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Servis Miring Pada Permainan Bola Voli Kelas X Di Sma Negeri 14 Berau. *Cendikia*, 4(2), 2572–2581. <https://doi.org/10.65708/cendekia.v8i1.296>
- Firdaus, J., M.Syahrani, J., Risnita, & Asrulla. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Gustian, U. (2013). Pentingnya perhatian dan konsentrasi dalam menunjang penampilan atlet. *Jurnal Keolahragaan*, 89–102.
- Hambali, S., Hardi, V. J., & Pasundan, S. (2024). Assessment of Athlete Concentration Via Application: Validity, Reliability and Categorization. *Jurnal Laman Olahraga Nusantara*, 7(2), 509–518. <http://dx.doi.org/10.31851/hon.v7i2.15668>
- Insanisty, B., Kurniawan, E., Nopiyanto, Y. E., Ibrahim, I., & Kardi, I. S. (2023). Examining Power and Smash in Female Volleyball Athletes. *Physical Activity Journal*, 5(1), 27. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2023.5.1.9269>
- Kurniawan, A., Rusmiati, P., & Chan, A. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Ketepatan Servis Bola Voli. *Seminar Nasional STKIP Kusuma Negara 2021*, 104–111.
- Mahanani Rosa Anggitaning, & Nanang, I. (2021). Hubungan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Shooting pada Ekstrakurikuler Futsal Putra. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 09, 139–149. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>
- Mori Saputra, D. I., Fussalam, Y. E., & Kurniawan, R. (2021). Tinjauan Kemampuan Bermain Bola Voli Pada Pemain Club Arembang Sungai Abang. *Jurnal Muara Olahraga*, 4(1), 21–32. <https://doi.org/10.52060/jmo.v4i1.685>
- Nandaka Dwinata, P., Sudiana, K., & Tisna MS, D. G. (2022). D sebagai pertahanan pertama untuk menangkis serangan lawan yang dilakukan di atas net (Winarno, 2013). *Jurnal Pendidikan Keperawatan Olahraga*, 13(2), 35–41.
- Putri, L., Muhammad Rizki Rezani, & Dina Hermina. (2025). Correlational Research Design. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(6), 306–317. <https://doi.org/10.71282/jurmie.v2i6.456>
- Samsudin, S., & Nasrullah, N. (2024). Peran Psikologi Olahraga terhadap Peningkatan Keterampilan Bolavoli pada Peserta Ekstrakurikuler. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(6), 504–513. <https://doi.org/10.37630/jpo.v14i6.2355>
- Schefke, T., & Gronek, P. (2010). Improving Attentional Processes in Sport: Defining Attention, Attentional Skills and Attention Types. *Studies in Physical Culture & Tourism*, 17(4), 295–299.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2018). Foundations of sport and exercise psychology. In *Foundations of sport and exercise psychology 2nd ed* (7th ed.). Human kinetics.
- Zunita, I. (2025). Hubungan Kepercayaan Diri Dan Konsentrasi Dengan Kemampuan Smash Atlet Bola Voli 12-17 Tahun Di Klub Pervas. In *Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga* (Vol. 11, Issue 1).