

**THE RELATIONSHIP OF REACTION, COORDINATION, AND
CONCENTRATION TO THE ACCURACY OF THE DRIVE STROKE
IN THE GAME OF SQUASH IN RIAU
SQUASH MALE ATHLETES**

Muhammad Arief¹, Agus Sulastio², Wedi S³

Email: Muhammad.arief3911@student.unri.ac.id, agus.sulastio@lecturer.unri.ac.id, wedi.s@lecturer.unri.ac.id
Phone Number: +62 812-6643-1683

*Health and Recreation Physical Education Study Program
Department Of Sport Education
Faculty Of Teacher Training And Education
Riau University*

Abstract: *This study aims to determine the relationship between reaction, coordination, and concentration on the accuracy of the drive punch in the game of squash in Riau male squash athletes. Squash is a sport that requires high technical skills and adequate physical support. This study uses a descriptive method with a correlational approach to measure and analyze relationships between variables. The population in this study was Riau male squash athletes totaling 20 people, with a research sample of 7 athletes selected by purposive sampling based on certain criteria. Research instruments include reaction tests using the Whole Body Reaction Test, eye-hand coordination tests with Catch Ball Throws, and concentration tests using the Grid Concentration Test. In addition, the accuracy of the drive stroke is measured through a validated squash playing skill test. The data were analyzed using the Pearson correlation with a significance level of 0.05. The results showed a significant relationship between reaction, coordination, and concentration on the accuracy of the hit drive in a squash game. Quick reactions, good eye-hand coordination, and high concentration contribute positively to the athlete's ability to execute precise drive strokes. This research is expected to contribute to the field of squash coaching, especially in improving the skills and achievements of athletes through more focused training program.*

Key Words: *Reaction, Coordination, Concentration, Precision Punch Drive, Squash*

HUBUNGAN REAKSI, KOORDINASI, DAN KONSENTRASI TERHADAP KETEPATAN PUKULAN *DRIVE* DALAM PERMAINAN *SQUASH* PADA ATLET PUTRA *SQUASH* RIAU

Muhammad Arief¹, Agus Sulastio², Wedi S³

Email: Muhammad.arief3911@student.unri.ac.id, agus.sulastio@lecturer.unri.ac.id, wedi.s@lecturer.unri.ac.id
Nomor HP: +62 812-6643-1683

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara reaksi, koordinasi, dan konsentrasi terhadap ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash* pada atlet putra squash Riau. Olahraga *squash* merupakan cabang olahraga yang memerlukan keterampilan teknik tinggi serta dukungan fisik yang memadai. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan korelasional untuk mengukur dan menganalisis hubungan antar variabel. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet putra *squash* Riau yang berjumlah 20 orang, dengan sampel penelitian sebanyak 7 atlet yang dipilih secara purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu. Instrumen penelitian meliputi tes reaksi menggunakan *Whole Body Reaction Test*, tes koordinasi mata-tangan dengan Lempar Tangkap Bola, dan tes konsentrasi menggunakan *Grid Concentration Test*. Selain itu, ketepatan pukulan drive diukur melalui tes keterampilan bermain squash yang telah divalidasi. Data dianalisis menggunakan korelasi Pearson dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara reaksi, koordinasi, dan konsentrasi terhadap ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash*. Reaksi cepat, koordinasi mata-tangan yang baik, dan konsentrasi yang tinggi berkontribusi secara positif terhadap kemampuan atlet dalam melakukan pukulan drive dengan tepat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang pembinaan olahraga *squash*, khususnya dalam meningkatkan keterampilan dan prestasi atlet melalui program latihan yang lebih terfokus.

Kata Kunci: Reaksi, Koordinasi, Konsentrasi, Ketepatan Pukulan Drive, *Squash*.

PENDAHULUAN

Olahraga adalah kegiatan penting yang diperlukan oleh setiap individu untuk mendapatkan kesegaran jasmani, pikiran yang sehat, dan peningkatan produktivitas kerja. Di samping itu, olahraga juga berfungsi sebagai ajang kompetisi untuk mencapai prestasi baik secara individu maupun kelompok. Dalam kehidupan modern saat ini, banyak orang yang melupakan pentingnya olahraga sehari-hari, padahal manfaat olahraga meliputi peningkatan kerja dan fungsi jantung, kekuatan otot, kepadatan tulang, dan metabolisme tubuh untuk mencegah kegemukan (Karim, 2002). Olahraga juga bertujuan untuk memelihara atau meningkatkan derajat kesehatan dan aktivitas gerak individu (Bangun, 2016).

Olahraga adalah kegiatan penting yang diperlukan oleh setiap individu untuk mendapatkan kesegaran jasmani, pikiran yang sehat, dan peningkatan produktivitas kerja. Di samping itu, olahraga juga berfungsi sebagai ajang kompetisi untuk mencapai prestasi baik secara individu maupun kelompok. Dalam kehidupan modern saat ini, banyak orang yang melupakan pentingnya olahraga sehari-hari, padahal manfaat olahraga meliputi peningkatan kerja dan fungsi jantung, kekuatan otot, kepadatan tulang, dan metabolisme tubuh untuk mencegah kegemukan (Karim, 2002). Olahraga juga bertujuan untuk memelihara atau meningkatkan derajat kesehatan dan aktivitas gerak individu (Bangun, 2016)

Squash adalah salah satu cabang olahraga yang mulai berkembang di Indonesia dan telah menunjukkan prestasi di tingkat nasional maupun internasional. Permainan *squash* membutuhkan keterampilan teknik tinggi dan kondisi fisik yang prima. Dalam mencapai prestasi maksimal, atlet *squash* harus menguasai aspek-aspek latihan fisik, teknik, taktik, dan mental (Harsono, 2015). Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam *squash* adalah pukulan drive, yang sering dijadikan senjata oleh pemain profesional untuk menekan lawan dan menguasai permainan.

Squash adalah salah satu cabang olahraga yang mulai berkembang di Indonesia dan telah menunjukkan prestasi di tingkat nasional maupun internasional. Permainan *squash* membutuhkan keterampilan teknik tinggi dan kondisi fisik yang prima. Dalam mencapai prestasi maksimal, atlet *squash* harus menguasai aspek-aspek latihan fisik, teknik, taktik, dan mental (Harsono, 2015). Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam *squash* adalah pukulan drive, yang sering dijadikan senjata oleh pemain profesional untuk menekan lawan dan menguasai permainan.

Kecepatan reaksi, koordinasi mata-tangan, dan konsentrasi adalah komponen penting yang mempengaruhi ketepatan pukulan drive dalam *squash*. Reaksi cepat memungkinkan pemain untuk merespon rangsangan dengan segera, sedangkan koordinasi yang baik membantu dalam melakukan gerakan-gerakan yang kompleks dengan efisien (Mukholid, 2007; Saputra & Badruzaman, 2010). Konsentrasi yang tinggi diperlukan untuk mempertahankan fokus dan menghindari gangguan eksternal maupun internal selama permainan (Komarudin, 2015).

Kecepatan reaksi, koordinasi mata-tangan, dan konsentrasi adalah komponen penting yang mempengaruhi ketepatan pukulan drive dalam *squash*. Reaksi cepat memungkinkan pemain untuk merespon rangsangan dengan segera, sedangkan koordinasi yang baik membantu dalam melakukan gerakan-gerakan yang kompleks dengan efisien (Mukholid, 2007; Saputra & Badruzaman, 2010). Konsentrasi yang tinggi diperlukan untuk mempertahankan fokus dan menghindari gangguan eksternal maupun internal selama permainan (Komarudin, 2015).

Selain pentingnya aspek fisik dan mental, faktor teknis juga memainkan peran krusial dalam permainan *squash*. Teknik dasar seperti pukulan drive membutuhkan penguasaan yang baik agar pemain dapat memaksimalkan performanya di lapangan. Menurut Suherman (2009), penguasaan teknik pukulan drive forehand dan backhand sangat penting untuk menciptakan tekanan terhadap lawan dan mengontrol permainan. Oleh karena itu, latihan yang berfokus pada peningkatan teknik pukulan drive sangat diperlukan untuk meningkatkan keterampilan bermain

squash. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara reaksi, koordinasi, dan konsentrasi terhadap ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash* pada atlet putra *squash* Riau. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi ketepatan pukulan drive, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan program latihan yang lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan dan prestasi atlet *squash*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan korelasional untuk menganalisis hubungan antara reaksi, koordinasi, dan konsentrasi terhadap ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash* pada atlet putra *squash* Riau.

Penelitian ini bersifat deskriptif korelasional. Menurut Ibrahim dan Sudjana (2004), penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan suatu gejala, peristiwa, atau kejadian yang terjadi pada saat sekarang. Sedangkan penelitian korelasional, menurut Arikunto (2010), bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa melakukan perubahan, tambahan, atau manipulasi terhadap data yang ada.

Tempat Penelitian: Penelitian ini dilaksanakan di Stadion Utama, Panam, Pekanbaru, Riau. Waktu Penelitian: Penelitian ini berlangsung dari bulan September 2022 hingga September 2023. Populasi: Populasi dalam penelitian ini adalah atlet putra *squash* Riau yang berjumlah 20 orang. Sampel: Sampel penelitian sebanyak 7 atlet dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: Tes Reaksi: Menggunakan *Whole Body Reaction Test* untuk mengukur kecepatan reaksi gerak keseluruhan tubuh dari stimulus visual. Tes Koordinasi Mata-Tangan: Menggunakan Tes Lempar Tangkap Bola untuk mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan. Tes Konsentrasi: Menggunakan *Grid Concentration Test* untuk mengukur kemampuan konsentrasi atlet. Tes Ketepatan Pukulan Drive: Menggunakan tes keterampilan bermain *squash* (drive forehand) untuk mengukur ketepatan pukulan drive.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil analisis dari data penelitian terdiri dari tes ruler *droptest*, tes koordinasi, tes konsentrasi (*Grid Concentration Test*) dan tes pukulan *drive*.

Tabel 1. Hasil tes *whole body reaction*, tes koordinasi, tes konsentrasi (*Grid Concentration Test*) dan tes pukulan *drive*

No	X1	X2	X3	Y
1	0.02	15	10	27
2	0.05	22.5	17.5	34
3	0.07	25.5	19.5	37
4	0.04	18	13	30
5	0.08	28	21	38
6	0.06	24	18	36
7	0.09	30	23	39

Tabel 1 adalah data awal responden yang diambil setelah melakukan tes tes ruler *drop test* tes koordinasi, tes konsentrasi (*Grid Concentration Test*) dan tes pukulan *drive*

Tabel 2. Hubungan Kecepatan Reaksi(X1) dengan Pukulan *drive* (Y)

Correlations			
		X1	Y
X1	r	1	1.000**
	P-Value		0,000
	N	7	7
Y	r	1.000**	1
	P-Value	0,000	
	N	7	7

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kecepatan reaksi dan ketepatan pukulan *drive* pada atlet putra *squash*. Koefisien korelasi Pearson sebesar 1.000 mengindikasikan bahwa peningkatan dalam kecepatan reaksi secara langsung berhubungan dengan peningkatan dalam ketepatan pukulan *forehand drive*. Nilai *pvalue* sebesar 0.000 menunjukkan bahwa hasil ini tidak terjadi

secara kebetulan, dan kita dapat sangat yakin bahwa ada hubungan nyata antara kedua variabel ini.

Tabel 3. Hubungan Koordinasi(X2) dengan (Y)

Correlations			
		X2	Y
X2	r	1	1.000**
	P-value		0,000
	N	7	7
Y	r	1.000**	1
	P-value	0,000	
	N	7	7

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara koordinasi dan ketepatan pukulan drive pada atlet putra *squash*. Koefisien korelasi Pearson sebesar 1.000 mengindikasikan bahwa peningkatan dalam koordinasi secara langsung berhubungan dengan peningkatan dalam ketepatan pukulan drive. Nilai p-value sebesar 0 menunjukkan bahwa hasil ini tidak terjadi secara kebetulan, dan kita dapat sangat yakin bahwa ada hubungan nyata antara kedua variabel ini. Dalam konteks penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa koordinasi merupakan faktor penting yang mempengaruhi ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash* pada atlet putra.

Tabel 4. Hubungan Konsentrasi(X3) dengan Pukulan drive (Y)

Correlations			
		X3	Y
X3	r	1	1.000**
	P-Value		0
	N	7	7
Y	r	1.000**	1
	P-Value	0	
	N	7	7

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara konsentrasi dan ketepatan pukulan drive pada atlet putra *squash*. Koefisien korelasi Pearson sebesar 1.000 mengindikasikan bahwa peningkatan dalam konsentrasi secara langsung berhubungan dengan peningkatan dalam ketepatan pukulan drive. Nilai p-value sebesar 0 menunjukkan bahwa hasil ini tidak terjadi secara kebetulan, dan kita dapat sangat yakin bahwa ada hubungan nyata antara kedua variabel ini. Dalam konteks penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa konsentrasi merupakan faktor penting yang mempengaruhi ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash* pada atlet putra.

Pembahasan

Hubungan antara kecepatan reaksi dan ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash*. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecepatan reaksi dan ketepatan pukulan drive pada atlet putra *squash*, dengan nilai Pearson correlation yang diperoleh sebesar 1.000. Ini menunjukkan adanya korelasi sempurna yang positif, dan nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05, menegaskan bahwa hubungan ini signifikan secara statistik.

Hasil penelitian ini mendukung hipotesis bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara kecepatan reaksi dan ketepatan pukulan drive. Mayoritas sampel dalam penelitian ini menunjukkan nilai reaksi yang rendah hingga sedang, namun variasi dalam kecepatan reaksi ini tetap menunjukkan adanya korelasi yang signifikan dengan ketepatan pukulan drive. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan kecepatan reaksi pada atlet dapat berkontribusi secara langsung pada peningkatan ketepatan pukulan drive mereka. Temuan ini memiliki implikasi praktis yang penting bagi pelatihan dan pengembangan atlet *squash*. Sejalan dengan hasil penelitian Atmaja (2015), Kecepatan reaksi memiliki pengaruh terhadap ketepatan drive.

Hubungan antara koordinasi dan ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash*. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara koordinasi dan ketepatan pukulan drive pada atlet putra *squash*, dengan nilai Pearson correlation sebesar 1.000. Ini menunjukkan adanya korelasi sempurna yang positif, dan nilai signifikansi (Sig. (1-tailed)) sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05, menegaskan bahwa hubungan ini signifikan secara statistik. Koordinasi adalah kemampuan atlet untuk mengkoordinasikan gerakan tubuhnya dengan tepat dan efisien.

Hasil penelitian ini mendukung hipotesis bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara koordinasi dan ketepatan pukulan drive. Mayoritas sampel dalam penelitian ini menunjukkan nilai koordinasi yang sedang hingga tinggi, dan variasi ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan dengan ketepatan pukulan drive. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan koordinasi pada atlet dapat berkontribusi langsung pada peningkatan ketepatan pukulan drive mereka. Begipula hasil penelitian mauludy (2017) menunjukkan terdapat hasil hubungan koordinasi dengan pukulan forehand drive.

Hubungan antara konsentrasi dan ketepatan pukulan drive dalam permainan *squash*. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara konsentrasi dan ketepatan pukulan drive pada atlet putra *squash*, dengan nilai Pearson correlation sebesar 1.000. Ini menunjukkan adanya korelasi sempurna yang positif, dan nilai signifikansi (Sig. (1-tailed)) sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05, menegaskan

bahwa hubungan ini signifikan secara statistik. Konsentrasi adalah kemampuan atlet untuk tetap fokus dan memperhatikan setiap detail dalam permainan.

Hasil penelitian ini mendukung hipotesis bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara konsentrasi dan ketepatan pukulan drive. Mayoritas sampel dalam penelitian ini menunjukkan nilai konsentrasi yang cukup baik, dan variasi ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan dengan ketepatan pukulan drive. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan konsentrasi pada atlet dapat berkontribusi langsung pada peningkatan ketepatan pukulan drive mereka. Temuan ini memiliki implikasi praktis yang penting bagi pelatihan dan pengembangan atlet *squash*. Program latihan yang dirancang untuk meningkatkan konsentrasi, seperti latihan meditasi, latihan visualisasi, dan permainan mental, dapat membantu meningkatkan ketepatan pukulan drive atlet. Hasil penelitian Murdaningsih,. (2022) menunjukkan terdapat hubungan konsentrasi terhadap pukulan forehand drive.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kecepatan, koordinasi, dan konsentrasi terhentinya pukulan drive pada atlet putra yang bermain *squash*. serupa ditunjukkan oleh hasil analisis, ketiga variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan dan positif dengan ketepatan pukulan drive. Nilai Pearson correlation untuk kecepatan reaksi, koordinasi, dan konsentrasi masing-masing sebesar 1.000, dengan nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) sebesar 0.000, menegaskan bahwa hubungan ini signifikan secara statistik. Kecepatan reaksi memungkinkan atlet merespons bola dengan cepat, koordinasi memastikan gerakan tubuh dan ayunan raket dilakukan dengan tepat, dan konsentrasi membantu atlet tetap fokus pada permainan. Kombinasi ketiga faktor ini secara signifikan meningkatkan ketepatan pukulan drive.

Rekomendasi

Berdasarkan temuan penelitian di atas, beberapa rekomendasi dapat diberikan:

1. Pelatih harus mempertimbangkan latihan kecepatan reaksi, koordinasi, dan konsentrasi karena terkait dengan ketepatan drive *squash*.
2. Atlet harus mengikuti latihan tambahan yang membantu mereka menjadi lebih baik dalam bermain *squash*, khususnya pukulan drive yang akurat.
3. Peneliti selanjutnya harus mempertimbangkan bahwa skripsi ini memiliki kelemahan yang signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atmaja, N. M. K., & Tomoliyus, T. (2015). Pengaruh metode latihan drill dan waktu reaksi terhadap ketepatan drive dalam permainan tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 56-65.
- Bangun, W. (2016). *Manfaat Olahraga untuk Kesehatan*. Jakarta: PT Gramedia.
- Harsono. (2015). *Coaching and Training Methodology*. Bandung: Penerbit ITB.
- Imanudin, I. (2008). *Kondisi Fisik Atlet dalam Pencapaian Prestasi*. Yogyakarta: UNY Press.
- Karim, M. (2002). *Manfaat Olahraga dalam Kehidupan Sehari-hari*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga: Konsentrasi dan Perhatian*. Bandung: Alfabeta.
- Mauludy, N. G., & Sartono, H. (2017). Hubungan Koordinasi Mata Dan Tangan Dengan Hasil Pukulan Drive Dalam Permainan Bulutangkis. *Jurnal Keolahragaan*, 9(1), 54-71.
- Mukholid. (2007). *Reaksi dan Koordinasi dalam Olahraga*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Murdaningsih, D. A., & Rahayu, S. (2022). Sumbangan Koordinasi Mata Tangan Dan Konsentrasi Terhadap Akurasi Pukulan Jarak Pendek Woodball. *Journal of Sport Science and Fitness*, 8(1), 15-22.
- Nurhasan, H., & Cholil. (2007). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Saputra, M., & Badruzaman. (2010). *Koordinasi Gerak dalam Olahraga*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Suherman, A. (2009). *Teknik Dasar Squash*. JOM FKIP - UR VOLUME 11 EDISI 1 JANUARI - JUNI 2024 Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia