

## PENGARUH PERCAYA DIRI TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS PENDEK DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA SISWA SMA 12 MAKASSAR

Hasyim<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Makassar, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

[hasyim@unm.ac.id](mailto:hasyim@unm.ac.id)

**Abstract**

*This study aims to determine the effect of self-confidence on short service ability in badminton among students of SMA Negeri 12 Makassar. This research employed a quantitative approach with an ex post facto design and correlational method. The population consisted of all students of SMA Negeri 12 Makassar, and the sample was selected using purposive sampling technique. The instruments used in this study were a self-confidence questionnaire consisting of 40 items and a badminton short service skill test. Data analysis techniques included descriptive statistics and inferential analysis using simple regression. The results showed that self-confidence has a significant effect on short service ability in badminton. This is indicated by the beta coefficient ( $\beta$ ) value of 0.375, which shows a positive effect, and a significance value of 0.000, which is smaller than the significance level of 0.05 ( $0.000 < 0.05$ ). Thus, it can be concluded that the higher the level of students' self-confidence, the better their short service ability. The implications of this study highlight the importance of developing psychological aspects, particularly self-confidence, in physical education learning. Teachers are expected not only to focus on technical aspects but also to consider students' psychological factors in order to improve learning outcomes optimally.*

**Keywords:** self-confidence, short service, badminton,

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh percaya diri terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMA Negeri 12 Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian ex post facto dan desain korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 12 Makassar, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket percaya diri sebanyak 40 butir pernyataan dan tes keterampilan servis pendek bulutangkis. Teknik analisis data yang digunakan meliputi analisis deskriptif dan analisis inferensial dengan uji regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa percaya diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien beta ( $\beta$ ) sebesar 0,375 yang berarti terdapat pengaruh positif, serta nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat percaya diri siswa, maka semakin baik kemampuan servis pendek yang dimilikinya. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan pentingnya pengembangan aspek psikologis, khususnya percaya diri, dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Guru diharapkan tidak hanya fokus pada aspek teknik, tetapi juga memperhatikan faktor psikologis siswa untuk meningkatkan hasil belajar secara optimal.

**Kata kunci:** percaya diri, servis pendek, bulutangkis.

Submitted: 2026-04-01	Revised: 2026-04-12	Accepted: 2026-04-26
-----------------------	---------------------	----------------------

**PENDAHULUAN**

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat berkembang di Indonesia dan menjadi bagian penting dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah. Pembelajaran bulutangkis di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga untuk mengembangkan keterampilan motorik, kemampuan berpikir taktis, serta aspek psikologis siswa. Dalam permainan bulutangkis, penguasaan teknik dasar menjadi fondasi utama untuk mencapai performa yang optimal. Salah satu teknik dasar yang memiliki peranan penting adalah servis pendek, karena teknik ini digunakan untuk memulai permainan sekaligus sebagai strategi awal dalam mengendalikan jalannya pertandingan (Grice, 2008).

Servis pendek dalam bulutangkis menuntut tingkat ketepatan, konsistensi, serta kontrol yang tinggi. Pemain harus mampu mengarahkan shuttlecock sedekat mungkin dengan net agar menyulitkan lawan melakukan serangan. Kesalahan kecil dalam pelaksanaan servis, seperti terlalu tinggi atau tidak melewati net, dapat memberikan keuntungan bagi lawan. Oleh karena itu, kemampuan servis pendek tidak hanya dipengaruhi oleh penguasaan teknik, tetapi juga oleh kesiapan mental dan kondisi psikologis pemain saat melakukan gerakan tersebut (Poole, 2017). Salah satu faktor psikologis yang sangat berpengaruh dalam performa olahraga adalah percaya diri. Percaya diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas atau menghadapi situasi tertentu. Menurut (Bandura, 2021), konsep self-efficacy atau keyakinan diri berperan penting dalam menentukan bagaimana seseorang berpikir, memotivasi diri, dan bertindak. Individu dengan tingkat percaya diri yang tinggi cenderung memiliki keberanian untuk mencoba, mampu mengontrol kecemasan, serta lebih fokus dalam melaksanakan tugas yang diberikan.

Dalam konteks olahraga, khususnya bulutangkis, percaya diri menjadi faktor penentu dalam keberhasilan melakukan teknik-teknik yang membutuhkan presisi tinggi seperti servis pendek. Siswa yang memiliki rasa percaya diri yang baik akan lebih tenang, tidak mudah gugup, serta mampu mengontrol gerakan dengan lebih stabil. Sebaliknya, siswa yang kurang percaya diri cenderung mengalami keraguan, kecemasan, dan ketidakstabilan gerakan, sehingga berdampak pada rendahnya kualitas servis yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan pendapat (Weinberg & Gould, 2023) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu determinan utama dalam performa olahraga, terutama pada keterampilan yang memerlukan konsentrasi dan akurasi tinggi. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, sering kali guru lebih menekankan pada aspek teknik dan fisik, sementara aspek psikologis siswa belum mendapatkan perhatian yang optimal. Padahal, kedua aspek tersebut saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Kurangnya perhatian terhadap aspek psikologis, seperti percaya diri, dapat menghambat perkembangan keterampilan siswa, meskipun mereka telah diberikan latihan teknik secara berulang (Hasyim & Harliawan, 2023). Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran yang holistik sangat diperlukan untuk mengembangkan kemampuan siswa secara menyeluruh.

Berdasarkan hasil observasi awal di SMA Negeri 12 Makassar, ditemukan bahwa kemampuan servis pendek siswa masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari masih banyaknya kesalahan yang dilakukan siswa, seperti shuttlecock yang tidak melewati net, arah servis yang kurang tepat, serta kurangnya konsistensi dalam melakukan servis. Selain itu, sebagian siswa tampak ragu-ragu, kurang yakin terhadap kemampuannya, dan mudah mengalami tekanan saat melakukan servis, terutama ketika diperhatikan oleh teman atau guru. Kondisi ini menunjukkan bahwa faktor psikologis, khususnya percaya diri, diduga memiliki pengaruh terhadap kemampuan servis pendek siswa. Permasalahan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kemampuan teknik yang diharapkan dengan kenyataan di lapangan. Jika kondisi ini tidak segera diatasi, maka akan berdampak pada rendahnya hasil belajar siswa dalam pembelajaran bulutangkis. Oleh karena itu, diperlukan suatu kajian ilmiah yang dapat menjelaskan hubungan antara percaya diri dengan kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis.

Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam cabang olahraga bulutangkis. Dengan mengetahui sejauh mana pengaruh percaya diri terhadap kemampuan servis pendek, guru dapat merancang strategi pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada latihan teknik, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis siswa (SINAGA, 2025). Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi performa olahraga siswa. Dengan demikian, berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Percaya Diri terhadap Kemampuan Servis Pendek dalam Permainan Bulutangkis pada Siswa SMA Negeri 12 Makassar".

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *ex post facto* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat tanpa memberikan perlakuan secara langsung (Pasaribu, 2020). Desain penelitian yang digunakan adalah desain korelasional, karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara percaya diri terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMA Negeri 12 Makassar.

### 2. Variabel Penelitian (Sugiyono, 2021)

- Variabel dalam penelitian ini terdiri atas:
- Variabel bebas (*independent variable*), yaitu percaya diri.
- Variabel terikat (*dependent variable*), yaitu kemampuan servis pendek bulutangkis.

### 3. Populasi dan Sampel

- Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 12 Makassar yang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya materi bulutangkis.
- Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu, misalnya siswa yang telah mendapatkan materi bulutangkis dan mampu melakukan servis dasar. Jumlah sampel disesuaikan dengan kebutuhan penelitian.

### 4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini digunakan dua jenis instrumen, yaitu angket percaya diri dan tes keterampilan servis pendek.

#### 1) Tes Pengukuran Percaya Diri (Asri et al., 2021)

Pengukuran percaya diri dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket. Angket yang digunakan berjumlah 40 butir pernyataan yang disusun berdasarkan indikator percaya diri, seperti keyakinan terhadap kemampuan diri, sikap optimis, keberanian mengambil keputusan, serta kemampuan mengatasi rasa cemas.

Setiap pernyataan dalam angket menggunakan skala Likert dengan alternatif jawaban, misalnya: sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Skor yang diperoleh dari responden kemudian dijumlahkan untuk mengetahui tingkat percaya diri masing-masing siswa.

#### 2) Tes Kemampuan Servis Pendek Bulutangkis (Budi & Syafei, 2021)

##### a. Tujuan

Tes ketepatan servis pendek bertujuan untuk mengukur kemampuan teknik servis pendek dalam permainan bulutangkis.

##### b. Peralatan dan Perlengkapan Peralatan yang digunakan dalam tes ini meliputi:

- Lapangan bulutangkis dengan ukuran standar.
- Garis tambahan pada area servis bagian *backhand* dengan ketentuan:
- Jarak garis pertama 20 cm dari garis batas servis,
- Jarak garis kedua 26 cm dari garis sebelumnya,
- Jarak garis ketiga 33 cm dari garis kedua.
- Net yang pada bagian atasnya diberi pita pembatas setinggi 19 cm dari atas net untuk membatasi ketinggian pukulan servis.
- Shuttlecock.
- Raket bulutangkis.

##### c. Pelaksanaan Tes

Pelaksanaan tes dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- Testee berdiri pada daerah servis sesuai dengan ketentuan permainan.
- Testee memegang shuttlecock dan melakukan servis pendek dengan teknik *backhand*.
- Setiap testee melakukan 12 kali percobaan secara berturut-turut.
- Servis dilakukan secara menyilang (*cross court*), dengan rincian:

- 6 kali dari sisi kanan,
- 6 kali dari sisi kiri.
- Kecepatan shuttlecock diusahakan relatif sama pada setiap percobaan.

d. Penilaian

Penilaian dilakukan berdasarkan ketepatan jatuhnya shuttlecock pada sasaran dan teknik pelaksanaan servis.

- Shuttlecock yang jatuh pada sasaran terdalam diberi nilai 4.
- Shuttlecock pada sasaran berikutnya diberi nilai 3, kemudian 2.
- Shuttlecock yang jatuh di luar target tetapi masih dalam area servis diberi nilai 1.
- Shuttlecock yang tidak melewati net atau melampaui pita pembatas tidak mendapatkan nilai (0).
- Jika shuttlecock jatuh tepat pada garis, maka diberikan nilai tertinggi.
- Jika shuttlecock jatuh di luar sasaran, maka tidak memperoleh nilai.
- Selain itu, penilaian juga mempertimbangkan aspek teknik, seperti sikap awal, pelaksanaan gerakan, dan sikap akhir. Nilai akhir diperoleh dari gabungan antara skor ketepatan sasaran dan skor teknik.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui:

- Penyebaran angket untuk mengukur tingkat percaya diri siswa.
- Pelaksanaan tes keterampilan servis pendek untuk mengukur kemampuan teknik siswa dalam permainan bulutangkis.

6. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial.

Statistik deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran umum data, seperti nilai rata-rata, standar deviasi, nilai maksimum, dan minimum. Statistik inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian, yaitu dengan menggunakan uji korelasi atau regresi sederhana untuk mengetahui pengaruh percaya diri terhadap kemampuan servis pendek.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari analisis data deskriptif dimaksud untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Deskripsi data dimaksudkan untuk dapat menafsirkan dan memberi makna tentang data tersebut.

Tabel 1. Analisis deskriptif Analisis Pengaruh Percaya Diri terhadap Kemampuan Servis Pendek dalam Permainan Bulutangkis pada Siswa SMA Negeri 12 Makassar

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviasi
Percaya Diri	30	110	160	135,47	12,35
Kemampuan Servis Pendek	30	18	42	29,63	6,12

Berdasarkan tabel statistik deskriptif di atas, dapat diketahui gambaran umum data penelitian pada masing-masing variabel. Variabel percaya diri memiliki jumlah sampel (N) sebanyak 30 siswa, dengan nilai minimum sebesar 110 dan nilai maksimum sebesar 160. Nilai rata-rata (mean) yang diperoleh sebesar 135,47 dengan standar deviasi sebesar 12,35. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat percaya diri siswa berada pada kategori sedang hingga tinggi dengan variasi data yang cukup. Sementara itu, variabel kemampuan servis pendek bulutangkis juga memiliki jumlah sampel sebanyak 30 siswa, dengan nilai minimum sebesar 18 dan nilai maksimum sebesar 42. Nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 29,63 dengan standar deviasi sebesar 6,12. Data tersebut

menunjukkan bahwa kemampuan servis pendek siswa berada pada kategori sedang dengan tingkat penyebaran data yang relatif moderat. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa memiliki tingkat percaya diri yang cukup baik dan kemampuan servis pendek yang cukup memadai. Namun demikian, masih terdapat variasi kemampuan antar siswa, sehingga diperlukan upaya peningkatan baik dari aspek teknik maupun psikologis untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

Berdasarkan hasil tes kemampuan smash terhadap 30 siswa, data di uji, Pengaruh Percaya Diri terhadap Kemampuan Servis Pendek dalam Permainan Bulutangkis pada Siswa SMA Negeri 12 Makassar.

Tabel 2. Uji T test

Variabel Bebas	Variabel Terikat	Koefisien Beta ( $\beta$ )	Sig. (p-value)	$\alpha$ (Taraf Signifikan)	Keterangan
Percaya Diri	Kemampuan Servis Pendek Bulutangkis	0,375	0,000	0,05	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai koefisien beta ( $\beta$ ) sebesar 0,375 yang menunjukkan bahwa variabel percaya diri memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis. Artinya, semakin tinggi tingkat percaya diri siswa, maka semakin baik pula kemampuan servis pendek yang dimiliki. Selanjutnya, hasil uji signifikansi menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan taraf signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05, maka nilai tersebut lebih kecil ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh percaya diri terhadap kemampuan servis pendek bersifat signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa percaya diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis. Hasil ini juga berarti bahwa hipotesis penelitian yang menyatakan "ada pengaruh percaya diri terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis" dapat diterima.

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa percaya diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien beta ( $\beta$ ) sebesar 0,375 yang menunjukkan adanya pengaruh positif dengan kekuatan sedang, serta nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan percaya diri siswa akan diikuti oleh peningkatan kemampuan dalam melakukan servis pendek. Dengan kata lain, faktor psikologis berupa percaya diri berkontribusi nyata terhadap keberhasilan siswa dalam menguasai keterampilan dasar bulutangkis.

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui konsep self-efficacy yang dikemukakan oleh (Bandura, 2021), yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melaksanakan suatu tugas tertentu. Individu dengan tingkat percaya diri yang tinggi tidak hanya memiliki keyakinan terhadap keberhasilan, tetapi juga menunjukkan ketekunan, ketahanan terhadap tekanan, serta kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif. Dalam konteks pembelajaran olahraga, kondisi ini sangat penting karena aktivitas olahraga tidak hanya menuntut keterampilan fisik, tetapi juga stabilitas mental dalam menghadapi berbagai situasi, seperti tekanan saat tampil, rasa takut gagal, maupun pengaruh lingkungan sosial (Siagian, n.d.).

Dalam permainan bulutangkis, khususnya pada teknik servis pendek, peran percaya diri menjadi semakin krusial karena teknik ini merupakan awal dari setiap reli yang dapat menentukan pola permainan selanjutnya. Servis pendek menuntut koordinasi gerak yang halus, kontrol kekuatan, serta akurasi yang tinggi agar shuttlecock jatuh tepat di area sasaran. Menurut (Grice,

2008), pemain yang memiliki kesiapan mental yang baik akan lebih mampu mengontrol gerakan dan menghasilkan servis yang konsisten. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan teknik tidak hanya ditentukan oleh aspek biomekanika gerakan, tetapi juga oleh kesiapan psikologis pemain. Lebih lanjut, percaya diri juga berkaitan erat dengan kemampuan konsentrasi dan pengambilan keputusan. Siswa yang percaya diri cenderung memiliki fokus perhatian yang lebih baik sehingga mampu mengarahkan gerakan secara tepat dan menghindari kesalahan teknis. Sebaliknya, siswa dengan tingkat percaya diri rendah sering kali mengalami gangguan konsentrasi akibat munculnya kecemasan dan keraguan. Kondisi ini dapat menyebabkan terjadinya kesalahan dasar seperti shuttlecock tidak melewati net, arah pukulan tidak terkontrol, atau kekuatan pukulan yang tidak sesuai. Hal ini sejalan dengan pendapat (Weinberg & Gould, 2019) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri berperan penting dalam menjaga kestabilan performa, terutama pada keterampilan yang membutuhkan akurasi tinggi.

Selain itu, dari perspektif pembelajaran, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa keberhasilan siswa dalam pendidikan jasmani tidak hanya ditentukan oleh latihan fisik dan teknik, tetapi juga oleh kesiapan mental (Kamaruddin, 2019). Selama ini, pendekatan pembelajaran di sekolah sering kali lebih berfokus pada penguasaan teknik melalui latihan berulang, sementara aspek psikologis belum menjadi perhatian utama. Padahal, tanpa dukungan percaya diri yang memadai, siswa cenderung tidak mampu menampilkan kemampuan terbaiknya meskipun secara teknik telah memahami gerakan yang benar. Temuan ini juga relevan dengan teori pembelajaran motorik yang menyatakan bahwa faktor internal, seperti motivasi dan kepercayaan diri, berperan dalam proses penguasaan keterampilan gerak (Fatmawati, 2020). Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan lebih aktif dalam mencoba, tidak takut melakukan kesalahan, serta lebih cepat dalam memperbaiki gerakan. Sebaliknya, siswa yang kurang percaya diri cenderung pasif dan menghindari tantangan, sehingga perkembangan keterampilannya menjadi terhambat.

Di sisi lain, nilai koefisien beta sebesar 0,375 juga menunjukkan bahwa percaya diri bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi kemampuan servis pendek. Masih terdapat faktor lain yang turut berkontribusi, seperti kekuatan otot, koordinasi, pengalaman latihan, serta kualitas pembelajaran yang diberikan oleh guru (Bafirman & Wahyuri, 2019). Oleh karena itu, peningkatan kemampuan servis pendek perlu dilakukan secara komprehensif dengan mempertimbangkan berbagai faktor tersebut. Berdasarkan hasil penelitian ini, implikasi praktis yang dapat diberikan adalah pentingnya guru pendidikan jasmani untuk mengintegrasikan pengembangan aspek psikologis dalam proses pembelajaran. Upaya yang dapat dilakukan antara lain melalui pemberian motivasi, penguatan positif (reinforcement), pemberian kesempatan praktik yang cukup, serta menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung. Guru juga dapat menggunakan strategi pembelajaran yang meningkatkan rasa percaya diri, seperti pembelajaran berbasis keberhasilan bertahap (progressive success), kerja kelompok, serta pemberian umpan balik yang konstruktif (Wahjoedi & Setyawan, 2017). Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa percaya diri merupakan faktor penting yang berperan dalam meningkatkan kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis. Pengembangan aspek psikologis yang seimbang dengan aspek teknik diharapkan mampu menghasilkan pembelajaran yang lebih efektif dan meningkatkan prestasi siswa secara optimal.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa percaya diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada siswa SMA Negeri 12 Makassar. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis data yang menunjukkan nilai koefisien beta ( $\beta$ ) sebesar 0,375 yang mengindikasikan adanya pengaruh positif, serta nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat percaya diri yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam melakukan servis pendek. Sebaliknya, rendahnya tingkat percaya

diri cenderung berdampak pada kurang optimalnya pelaksanaan teknik servis pendek, seperti kurangnya ketepatan, konsistensi, dan kontrol dalam melakukan pukulan.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa faktor psikologis, khususnya percaya diri, memiliki peranan penting dalam menunjang keberhasilan keterampilan teknik dalam olahraga. Oleh karena itu, pengembangan percaya diri siswa perlu menjadi perhatian dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, selain penguasaan aspek teknik. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis tidak hanya ditentukan oleh latihan teknik semata, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis siswa. Dengan memperhatikan kedua aspek tersebut secara seimbang, diharapkan hasil belajar siswa dapat meningkat secara optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asri, A., Syafruddin, M. A., & Karim, A. (2021). Pengaruh Percaya Diri Terhadap Kemampuan Roll Depan Mahasiswa Penjaskesrek STKIP YPUP. *Sportify Journal*, 1(2), 49–56.
- Bafirman, B., & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan kondisi fisik*.
- Bandura, A. (2021). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.
- Budi, D. R., & Syafei, M. (2021). *Metode Tes Pemanduan Bakat Olahraga*.
- Fatmawati, F. A. (2020). *Pengembangan fisik motorik anak usia dini*. Caremedia Communication.
- Grice, T. (2008). *Badminton: Steps to Success*. Human Kinetics.
- Hasyim, M., & Harliawan, A. (2023). Motivational factors influencing adolescents' engagement in extracurricular sports: A case study of pencak silat participants. *Indonesian Journal of Sport Science*, 15(2), 87–102.
- Kamaruddin, I. (2019). Pengaruh Kemampuan Fisik Terhadap Keterampilan smash Dalam Permainan Bulutangkis. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 2(2), 114–127.
- Pasaribu, A. M. N. (2020). Tes dan pengukuran olahraga. *Banten: Yayasan Pendidikan Dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM)*.
- Poole, D. C. (2017). Measurement of the maximum oxygen uptake Vo2max: Vo2peak is no longer acceptable. *Journal of Applied Physiology*, 122(4), 997–1002. <https://doi.org/10.1152/jappphysiol.01063.2016>
- Siagian, R. R. (n.d.). *Aktivitas Fisik dan Kesehatan Siswa dalam Mendukung Prestasi Belajar*. [https://repositori.uin-alauddin.ac.id/26961/1/RAHMAT\\_RASYID\\_SIAGIAN\\_70300118021.pdf](https://repositori.uin-alauddin.ac.id/26961/1/RAHMAT_RASYID_SIAGIAN_70300118021.pdf)
- SINAGA, E. J. (2025). Efektivitas Teknik Relaksasi Psikologis dalam Mengurangi Tekanan Hidup. *Literacy Notes*, 1(1).
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wahjoedi, W., & Setyawan, D. A. (2017). Pengembangan Pembelajaran Gerak Pada Anak Usia Dini. In *Jurnal Ilmiah Penjas*. <https://jurnalilmiahpenjas.com>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human kinetics.