

**PENGARUH LATIHAN METODE *DRILL* JARAK BERTAHAP
TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING* ATLET PETANQUE
DI KLUB PETANQUE TEBEDAK**

SKRIPSI

**di ajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar sarjana Pendidikan (S.Pd.)**

**Oleh:
DOMINGGUS MIROP
191330020**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
UNIVERSITAS BINA DARMA
PALEMBANG
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Metode *Drill* Jarak Bertahap Terhadap Kemampuan *Shooting* Atlet Petanque Klub Tebedak

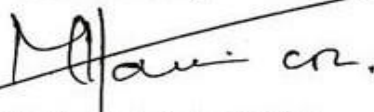
Nama : Dominggus Mirop

Nim : 191330020

Program Studi : Pendidikan Olahraga

Menyetujui,

Pembimbing



Dr. M. Haris Satria, M.Pd.
NIDN. 0292128891

Mengesahkan

Ketua
Program Studi,
Pendidikan Olahraga



Dr. Noviria Sukmawati, M.Pd.
NIDN. 0216118801

Dekan
Fakultas Sosial Humaniora
Universitas Bina Darma

Universitas **Bina Darma**
Fakultas Sosial Humaniora



Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D.
NIDN. 0019124002

Tanggal Lulus 21 Februari 2024

HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PENGUJI

PENGARUH LATIHAN METODE *DRILL* JARAK BERTAHAP TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING* ATLET PETANQUE DI KLUB PETANQUE TEBEDAK

SKRIPSI

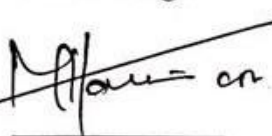

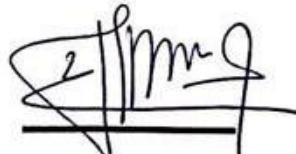
di ajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Pada
Program Studi Pendidikan Olahraga
Fakultas Sosial Humaniora
Universitas Bina Darma

Oleh :

DOMINGGUS MIROP
NIM: 191330020

Skripsi Ini telah di ujikan pada tanggal 21 Februari 2024 dan telah di
sempurnakan berdasarkan saran dan koreksi Komisi Penguji

Komisi Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. M. Haris Satria, M.Pd		14 / 03 / 2024
2. Dr. Selvi Atesya Kesumawati, M.Pd		14 / 3 / 2024
3. Dr. Bangkit Seandi Taroreh, M.Pd		24 / 2 / 2024

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Dominggus Mirop

NIM : 191330020

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah saya ajukan untuk mendapatkan gelar sarjana baik di universitas Bina Darma maupun di perguruan tinggi lain;
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri dengan arahan tim pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang di tulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dikutip dengan mencantumkan nama pengarang dan memasukan ke dalam daftar rujukan;
4. Saya bersedia skripsi ini di lakukan pengecekan keasliannya menggunakan Plagiarism checker serta di unggah ke internet sehingga dapat di unduh public secara daring;
5. Surat pernyataan ini saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, 21 Februari 2024

Yang membuat pernyataan,



Dominggus Mirop

NIM : 191330020

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

“Orang-orang sukses adalah mereka yang pernah gagal, tetapi berani untuk bangkit dari kegagalan dan membuktikannya.” -Dominggus Mirop

Persembahan

Puji Syukur Kupanjatkan kehadiran Allah Yang Maha Kuasa, Atas Berkat dan kasih KaruniaNya dan Juga Penyertaan Tuhan Yang Selalu ada didalam hidup saya hingga saat ini saya dapat mempersembahkan Skripsi saya ini kepada :

1. Kedua Orang Tua Saya, Bapak Philipus Mirop dan Ibu Oda Irene yang sudah membesarkanku dengan penuh kasih sayang, serta selalu memberi dukungan, motivasi, pengorbanan dan doa yang selalu menyertai saya selama Pendidikan. Terima Kasih bapak dan Ibu:
2. Kakak Tercinta Marselino Mirop, S.Pd yang sudah membantu saya memberi semangat, dan dorongan motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini.
3. Kepada Ibu Guru saya Meity Arianty Macpal, S.Pd yang selalu mendukung saya dalam perkuliahan saya, yang selalu mensupport saya dalam keadaan apapun.
4. Kepada Seseorang dengan NIM. 201330039 yang telah ikut membantu menyelesaikan Skripsi ini.

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan *Shooting* Petanque pada atlet klub Petanque Tebedak. Penelitian ini menggunakan penelitian Kuantitatif dengan pendekatan Eksperimen. Desain dalam penelitian ini menggunakan “*One Group Prettest Postttest Design.*” Populasi dalam Penelitian ini adalah Atlet Klub Petanque Tebedak berjumlah 30 Atlet, dan Sampel dalam penelitian ini sebanyak 12 atlet. Instrumen Penelitian yang di gunakan yaitu Tes Kemampuan *Shooting Game Station* Petanque. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dalam pemberian Latihan Metode Drill Jarak Bertahap Terhadap Kemampuan Shooting Atlet Petanque Klub Tebedak.

Kata Kunci: Petanque, *Shooting*, *drill*, jarak bertahap, tebedak klub, Kemampuan, Ketepatan

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the ability of Petanque Shooting in Petanque Tebedak club athletes. This research uses Quantitative research with an Experimental approach. The design in this study used "One Group Preettest Posttttest Design." The population in this study was 30 Petanque Tebedak Club Athletes, and the sample in this study was 12 athletes. The research instrument used is the Petanque Shooting Game Station Ability Test. The results of this study can be concluded that there is a significant influence in the provision of Gradual Range Drill Method Training on the Shooting Ability of Tebedak Club Petanque Athletes.

Keywords: Petanque, Shooting, drill, step distance, club powder, Ability, Accuracy

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



1. Nama lengkap : Dominggus Mirop
2. Jenis Kelamin : Laki-Laki
3. Program Studi : Pendidikan Olahraga
4. N I M : 191330020
5. Tempat Tanggal lahir : Sorong, 14 Oktober 2000
6. Agama : Katolik
7. Alamat : Jln. Dolog, Bis Agats, Kab, Asmat
8. E-mail : dominggusmirop22@gmail.com
9. No. Telepon/HP : 082179462176

Riwayat Pendidikan

1. SD (2013) : SD YPPGI Agats
2. SMP (2016) : SMP Negeri 2 Agats
3. SMA (2019) : SMA Negeri 2 Ciamis
4. Perguruan Tinggi (2024) : Universitas Bina Darma

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis Panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat rahmat dan Perlindungan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Penulisan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Metode *Drill* Jarak Bertahap Terhadap Kemampuan *Shooting* Atlet Petanque di Klub Petanque Tebedak.” Skripsi ini di tulis sebagai salah satu syarat guna menyelesaikan studi untuk memperoleh gelar akademik Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Olahraga; Fakultas Sosial Humaniora: Universitas Bina Darma Palembang. Pada Kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor universitas Bina Darma Dr. Sunda Ariana, M.Pd.,M.M;
2. Dr. Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D Dekan Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma;
3. Dr. Noviria Sukmawati, M.Pd Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Bina Darma.
4. Bapak Dr. M. Haris Satria, M.Pd Sebagai dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan arahan atau saran dalam penyelesaian penulisan Skripsi dan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan Skripsi ini.
5. Bapak Dan Ibu dosen Pendidikan Olahraga Universitas Bina Darma Palembang, yang telah banyak memberikan bimbingan dan ilmu kepada penulis selama menempuh Pendidikan;
6. Bapak, ibu dan kakak tercinta yang telah banyak membantu, berkorban waktu, pikiran, tenaga serta selalu memberikan dukungan baik moral maupun materil;
7. Pengurus Klub Petanque Tebedak dan seluruh Atlet Petanque Tebedak yang sudah memberikan kesempatan kepada penulis dalam melakukan penelitian;
8. Almamater : Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Bina Darma atas kesempatan yang di berikan untuk dapat menimba ilmu di Universitas Bina Darma ini.

Doa dan Harapan penulis Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan yang Setimpal atas semua kebaikan mereka. Semoga Skripsi Ini dapat memberikan Informasi, Pengetahuan, dan manfaat bagi banyak orang atau pihak yang membutuhkannya.

Palembang, Januari 2024

Penulis

Dominggus Mirop

NIM: 191330020

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PENGUJI.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. Kajian Teori.....	7
1. Pengertian Petanque	7
2. Teknik Dasar Petanque.....	8
3. Cara Bermain Petanque.....	13
4. Peralatan dan lapangan Petanque	14
5. Peraturan Petanque.....	18
6. Latihan (<i>Training</i>).....	18
7. Metode Latihan <i>Drill</i>	19
8. Akurasi	20
9. Kekuatan (<i>Strength</i>)	20

10. <i>Ball Feeling</i>	21
B. Kajian Penelitian Relevan.....	21
C. Kerangka Berpikir.....	23
D. Hipotesis.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Metode Penelitian.....	27
B. Rancangan Penelitian.....	27
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	30
E. Teknik Pengumpulan Data	30
F. Teknik Analisis Data	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Hasil Penelitian	36
1. Gambaran Umum Objek Penelitian	36
2. Karakteristik Responden Penelitian.....	37
3. Analisis Data	41
B. Pembahasan.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Bagan Kerangka Berpikir.....	28
Tabel 2. Jadwal program Latihan <i>Shooting</i> Petanque	29
Tabel 3. Poin Hambatan <i>Shooting</i> Petanque	32
Tabel 4. Data Karakteristik Responden.....	37
Tabel 5. Data Nilai Hasil Pre-test.....	38
Tabel 6. Persentase Rata-Rata Pre-test.....	38
Tabel 7. Data Nilai Hasil Posttest	39
Tabel 8. Persentase Rata-Rata Posttest kelas Eksperimen	39
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Nilai Kelas Eksperimen	42
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Nilai kelas Eksperimen	45
Tabel 11. Uji Normalitas	47
Tabel 12. Uji Homogenitas	48
Tabel 13. Hasil Uji Homogenitas Bartlett	49
Tabel 14. Uji Hipotesis Uji t	50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Teknik Dasar Memegang Bola petanque.....	8
Gambar 2. Posisi Kaki Dalam Petanque	8
Gambar 3. Melempar Dalam Posisi Jongkok.....	9
Gambar 4. Melempar Dalam Posisi Berdiri	9
Gambar 5. Melempar Dalam Posisi Setengah Jongkok	9
Gambar 6. Melempar Posisi <i>High Lob</i>	10
Gambar 7. <i>Pointing Roll</i> (Gesur)	10
Gambar 8. <i>Pointing Soft Lob</i>	11
Gambar 9. <i>Pointing High Lob</i>	11
Gambar 10. <i>Shooting On The Iron</i>	12
Gambar 11. <i>Short Shooting</i>	12
Gambar 12. <i>Shooting Ground Shot</i>	12
Gambar 13. Bola Petanque.....	14
Gambar 14. <i>Jack/Boka</i> Petanque	14
Gambar 15. Meteran.....	15
Gambar 16. Sirkel	15
Gambar 17. Papan Skor.....	15
Gambar 18. Lapangan Petanque	16
Gambar 19. Rancangan Penelitian “ <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> ”	25
Gambar 20. Bagan Kerangka Berpikir.....	28
Gambar 21. Lapangan <i>Precision Shooting</i>	32
Gambar 22. <i>Shooting Game Station</i>	33
Gambar 23. Lokasi tempat Penelitian	36
Gambar 24. Bagan Struktur Organisasi Klub Petanque Tebedak	37
Gambar 25. Presentase Rata-Rata <i>Pretest</i>	39
Gambar 26. Presentase Rata-Rata <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	40
Gambar 27. Presentase Rata Rata <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	40
Gambar 28. Diagram Distribusi Frekuensi Kelas Eksperimen	42
Gambar 29. Diagram Distribusi Frekuensi Kelas Kontrol.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Penelitian.....	59
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian	60
Lampiran 3. Lembar Konsultasi.....	61
Lampiran 4. Lembar Turnitin.....	63
Lampiran 5. Program Latihan	66
Lampiran 6. Peralatan Petanque.....	70
Lampiran 7. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	71