

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Olahraga adalah jenis kegiatan fisik yang bertujuan untuk menggunakan, mempertahankan, atau meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik sambil memberikan hiburan kepada peserta. Jenis kegiatan ini berasal dari ratusan orang yang berpartisipasi secara bersamaan, baik dalam tim maupun secara individu. Cikal bakal cabang olahraga hampir kebanyakan muncul karena adanya gagasan dari sebuah aktivitas yang dilakukan oleh masyarakat di suatu daerah tertentu, yang merupakan aktivitas dari budaya lokal setempat atau yang sering disebut sebagai permainan tradisional (Mulyana & Lengkana, 2019).

Petanque adalah olahraga yang berfokus pada prestasi yang sudah dimainkan dalam pertandingan resmi. Olahraga petanque sendiri dapat dilakukan secara individu ataupun beregu. Petanque ialah olahraga yang sangat sederhana yang dapat di mainkan di semua tempat dan di semua bentuk lapangan seperti di lapangan rumput, tanah, kerikil, dan sebagainya, olahraga petanque dapat di mainkan hanya dengan memerlukan lapangan berukuran 6 x 12 meter (Gracia Sinaga & ..., 2019). Menurut (Gracia Sinaga & ..., 2019) Petanque merupakan olahraga *boules* yang bertujuan untuk melempar bola besi supaya dekat pada bola kayu yang menjadi target, pada saat melempar bola posisi kedua kaki berada tepat di dalam Sirkel atau lingkaran. Pada dasarnya tujuan permainan petanque ialah mengumpulkan poin sebesar 11 atau 13 poin dan mematikan permainan lawan agar tidak mendapatkan poin.

Olahraga petanque berasal dari Prancis. Dalam olahraga ini, ketangkasan diperlukan untuk melempar bola yang terbuat dari besi metal ke arah bola target yang terbuat dari kayu. Petanque dimainkan di atas tanah keras di lapangan berukuran 4 m x 15 m. Lokasi awal permainan ini di Provence La Ciotat wilayah Selatan Prancis. Sebutan petanque berawal dari Bahasa latin *Les Pen Tanco* artinya Pertemuan Kaki (Galih, 2011). Menurut (Okilanda, 2018), olahraga petanque awal mula di mainkan di Indonesia dalam event Sea Games tahun 2011 di Palembang.

Organisasi yang bertanggung jawab atas petanque di Indonesia yaitu Federasi Petanque Indonesia (FOPI).

Olahraga Petanque Sendiri memiliki dua jenis lemparan ialah *Pointing* dan *Shooting*. *Pointing* merupakan gerakan dimana pemain melemparkan bola untuk mendekati posisi target. Hal ini dapat dilakukan dengan menghalangi atau mengambil poin dengan cara menempatkan bosi di daerah tertentu, seperti dekat dengan boka, di depan bosi lawan, dan sebagainya. Misalnya bola berada dekat boka target, bola musuh, dan sebagainya. *Pointing* sering dilakukan pada posisi jongkok namun kembali lagi pada kenyamanan masing-masing pemain. *Shooting* biasanya dilakukan untuk menjauhkan bola musuh dari bola sasaran. Kayu yang menjadi target. *Shooting* merupakan teknik lemparan yang bertujuan menyetuh target yaitu bosi lawan atau boka untuk menjauhkan bosi lawan serta mematikan boka atau pertandingan berakhir (Vernet, Cedrik. 2019). Dengan demikian tingkat kesulitan dalam melakukan *shooting* lebih tinggi jika dibandingkan dengan *pointing*.

Dalam Pertandingan *shooting* game petanque jarak yang ditetapkan untuk melakukan *shooting* adalah jarak enam meter, tujuh meter, delapan meter, dan sembilan meter, untuk poin yang bisa didapatkan pada *shooting* game yaitu poin nol, satu, tiga, dan lima poin. Penembak hanya diberi kesempatan satu kali untuk menembak dari tiap jarak disiplin. Menurut (Irmansyah, 2019), mengungkapkan bahwa ada empat komponen latihan yang harus diperhatikan dan dilatih secara menyeluruh ialah, latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, dan latihan mental (psikologi). Latihan mental merupakan bagian integral dari latihan sehingga harus diberikan prioritas yang sama dengan bagian lain. Penguasaan Teknik dasar itu tentunya sangat memerlukan peran latihan mental dan kondisi fisik yang baik, karena tanpa itu semua seorang atlet tidak akan mencapai prestasi yang diharapkan (Lengkanan 2013).

(Bustomi dan rekannya. 2020) mengatakan bahwa permainan petanque termasuk dalam kategori olahraga dengan tujuan mekanikanya yaitu untuk mencapai tingkat akurasi terbaik. Artinya olahraga Petanque adalah permainan yang membutuhkan ketepatan dan akurasi yang maksimal: setiap lemparan harus tepat mengenai sasaran. Berdasarkan pernyataan tersebut ketepatan adalah hal yang

sangat berpengaruh pada nomor *shooting*, semakin baik *accuracy* setiap lemparan maka akan semakin banyak mendapatkan poin pada setiap rintangan pada nomor *shooting*. Berdasarkan pernyataan tersebut, ketepatan sangat memengaruhi nomor *Shooting*; semakin akurat setiap lemparan, semakin banyak poin yang diperoleh dari setiap rintangan pada nomor lemparan. Latihan akan meningkatkan kemampuan *shooting* salah satunya ialah dengan menggunakan Metode *Drill* jarak bertahap.

Metode *drill* sangat efektif dalam latihan, terutama dalam latihan keterampilan sebuah cabang olahraga. Metode *drill* memberikan keterampilan karena gerakan yang sama dilakukan berulang kali sehingga atlet dapat mengingat gerakan- gerakan yang di lakukan (Mu, ammar, 2017). Metode *drill* jarak bertahap yang di gunakan dalam program latihan yaitu penerapan latihan *shooting* dengan jarak bertahap atau berpindah dari jarak yang paling dekat yaitu 6 m, 7 m , 8 m, dan jarak 9 m. Berdasarkan pendapat di atas, peneliti dapat mendefinisikan latihan. Metode *drill* jarak bertahap sebagai bentuk latihan yang dilakukan secara berulang ulang dan bersungguh-sungguh untuk meningkatkan keterampilan, dan kemampuan seseorang sehingga menjadi permanen.

Di Sumatera Selatan terdapat beberapa klub pétanque, salah satunya adalah klub Petanque Tebedak, yang terletak di desa tebedak 1, Kecamatan Payaraman, Kabupaten Ogan Ilir, Provinsi Sumatera Selatan. Klub ini berdiri Ketika pengurus pétanque di Ogan Ilir terbentuk. Hingga saat ini di Kabupetan Ogan Ilir sendiri Khususnya Kecamatan Payaraman,desa tebedak 1 olahraga Petanque sangat berkembang mulai dari kalangan anak muda hingga dewasa. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti di sesi latihan dan game di Klub Petanque Talang semut,bahwa Sebagian besar para atlet belum mampu melakukan *Shooting* dengan baik, dari sesi game nomor pertandingan *Double* Maupun *Triple* yang di berikan pelatih, para atlet beberapa kali mendapatkan kesempatan untuk melakukan *Shooting* tetapi lebih memilih untuk melakukan *Pointing*. Demikian juga dengan nomor pertandingan *Shooting* yang di berikan dari 50 bola percobaan hanya 10 bola shooting yang Mengenai Sasaran, 30 bola lainnya tidak mengenai sasaran. Ini terlihat jika sebenarnya kemampuan *Shooting* Atlet Petanque Tebedak sangat kurang dari kata baik.

*Shooting* adalah teknik dasar dalam olahraga petanque (Badaru et al., 2021). Teknik *shooting* memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi daripada *pointing* (M. R. Lubis & Permadi, 2020). Oleh sebab itu, melatih keterampilan *shooting* harus dilakukan secara bertahap dimulai dari bagaimana melakukan teknik gerakan yang baik dan benar, program latihan yang terukur dan berkelanjutan baik dari segi intensitas latihan ataupun beban latihan (M. R. Lubis & Permadi, 2020).

1. Penelitian oleh (Arrad Agung Fadli, 2022) yang berjudul Pengaruh Latihan *Drill Shooting* dengan Target *One Ball And Three Ball* untuk Meningkatkan Akurasi Atlet Di Ukm Petanque Upgris. Penelitian yang dilakukan pada tanggal 8 September 2021 dan berakhir pada tanggal 30 September di UKM petanque UPGRIS menemukan bahwa atlet yang kurang mahir dalam teknik *shooting* dan sering menghadapi kesulitan dikarenakan rendahnya Tingkat akurasi . Akibatnya, ketika atlet melempar bola beberapa kali bolanya tidak melambung. Metode Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif Quasi Eksperimen di mana tidak ada kelompok yang dipilih secara acak Design penelitian yang digunakan yaitu rancangan dua grup *pretest-posttest design*. Dalam penelitian ini, dua kelompok diberi perlakuan yang berbeda untuk melihat bagaimana hasil dari teknik yang di terapkan saat latihan. Dengan demikian hasil dari penelitian ini adalah:
  - a. Terlihat dampak pada hasil latihan dari kelompok satu yakni pada latihan *One ball* di UKM pétanque UPGRIS yang awalnya nilai rata rata adalah 3,80 dan setelah di kasih latihan hasilnya naik menjadi 8,20 terdapat perbedaan dari *pretest- posttest* 20,40% jika di persenkan.
  - b. Terlihat dampak pada hasil latihan dari kelompok dua yakni pada latihan *Three ball* di UKM pétanque UPGRIS yang awalnya nilai rata rata adalah 3,60 dan setelah di kasih latihan hasilnya naik menjadi 8,00 terdapat perbedaan dari *pretest- posttest* 20,40% jika di persenkan.

Berdasarkan Permasalahan di atas, Peneliti akan untuk Melaksanakan Penelitian dengan judul “**Pengaruh Latihan Metode *Drill* Jarak Bertahap Terhadap Kemampuan *Shooting* Atlet Petanque di Klub Petanque Tebedak**”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh latihan metode *drill* jarak bertahap terhadap Kemampuan *Shooting* atlet Petanque Tebedak?
2. Berapa besar Pengaruh Metode *Drill* berjarak Terhadap Kemampuan *Shooting* Atlet Petanque Club Tebedak?
3. Bagaimana Model latihan Metode *Drill* Jarak bertahap yang sesuai terhadap Kemampuan *Shooting* Atlet Petanque?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan metode *drill* jarak bertahap terhadap kemampuan *shooting* atlet Petanque Klub Tebedak.
2. Untuk mengetahui besarnya pengaruh latihan metode *drill* jarak bertahap terhadap kemampuan *shooting* atlet Petanque club Tebedak.
3. Untuk mengetahui model latihan metode *drill* jarak bertahap yang sesuai terhadap kemampuan *shooting* atlet pétanque Klub Tebedak.

## **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Praktis
  - a. Bagi Peneliti : Sebagai pengalaman yang bermanfaat dan sebagai bahan acuan untuk dapat memecahkan suatu masalah.
  - b. Bagi Klub : sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan kemampuan *shooting* atlet Petanque Klub Tebedak melalui metode *drill*.

## 2. Manfaat Teoritis

- a. Hasil Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan untuk di gunakan sebagai bahan program latihan bagi Klub pétanque Tebedak
- b. Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian berikutnya.

Universitas Bina  
Dharma

