

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Olahraga *Petanque* merupakan salah satu olahraga tradisional yang asalnya dari negara Perancis. Agar bisa dikembangkan menjadi olahraga prestasi maka permainan ini di standarkan dan dibuat aturan bakunya dengan dibentuknya induk organisasi yaitu *Federation Internationale de Petanque et Jeu Provençal* (FIPJP) yang didirikan di Marseille, Prancis pada tahun 1958. Kehadirannya di Indonesia sendiri belum diketahui sejak kapannya karena beberapa fakta olahraga ini sudah ada sejak tahun 1990-an khususnya di hotel-hotel milik Prancis yang mana olahraga *petanque* ini dijadikan sebagai sarana pendukung hotel tersebut. Namun perkembangannya mulai di kenal masyarakat pada tahun 2011 ketika Indonesia menjadi tuan rumah SEA GAMES ke-26 di Jakarta – Palembang.

Pada olahraga *Petanque* terdapat 2 jenis lemparan yang menentukan permainan yaitu *pointing* dan *shooting* (Pelana, Irfansyah, & Setiakarnawijaya, 2019). Teknik *pointing* merupakan lemparan yang bertujuan mendekati bosi dengan bola kayu sedangkan teknik *shooting* ialah lemparan yang bertujuan menjauhkan bosi lawan dari bola kayu, hal itu tentunya hanya dilakukan jika bosi lawan bermain posisinya lebih dekat dengan bola kayu dari pada bosi tim sendiri. Untuk bermain *petanque* sendiri sebenarnya tidaklah sulit, karena pemain hanya perlu melempar bosi miliknya agar terhenti di dekat bola kayu tersebut. Di dalam melakukan lemparan *shooting* menurut Pelana, (2016) terdapat komponen-komponen yang mempengaruhi *shooting* yaitu, pegangan bola, posisi badan mengarah ke target, keseimbangan statis tungkai, posisi badan mengarah ke target, keseimbangan statis tungkai, posisi badan yang rendah dan condong ke depan, *relase the ball, follow through*.

*Performance* dari seorang atlet dalam meraih prestasi bukan hanya tentang masalah fisik semata, dalam artian atlet yang memiliki fisik unggul dipastikan atlet tersebut yang akan memenangkan pertandingan atau perlombaan. Namun yang sebenarnya hal tersebut bersifat multifaktor. Menurut Agus (2015) sekurangnya

terdapat tiga faktor dasar yang diyakini mempengaruhi penampilan atlet, yaitu faktor fisiologis, antropometris, dan psikologis. Faktor fisiologis berkaitan dengan potensi dan kemampuan biomotor, contohnya kecepatan, kekuatan, kelincahan, dan daya tahan. Faktor antropometris berkenaan dengan ukuran-ukuran tubuh, contohnya tinggi badan, berat badan, panjang lengan, yang tingkat dari urgensinya berbeda-beda tiap cabang olahraganya. Dan faktor psikologis berkaitan dengan mental, motivasi, percaya diri, dan lainnya.

Dalam olahraga ini postur tubuh pun berpengaruh terhadap hasil lemparan-lemparan, seperti tinggi badan dan panjang lengan dapat mempengaruhi hasil dari ketinggian dan sudut lemparan. Menurut Hermawan (2012) lemparan yang dilakukan dalam olahraga *petanque* secara umum mengaplikasikan tenaga saat melempar dan sudut lemparan menjadi kunci mencapai jarak horisontal tertentu. Seorang atlet *petanque* saat melakukan lemparan diantara dipengaruhi oleh panjang lengan. Dengan lengan yang lebih panjang maka jarak akan menjadi lebih dekat serta gerak dari ayunan lengan akan menjadi lebih jauh.

Olahraga *petanque* merupakan salah satu jenis dari olahraga prestasi. Menurut Pelana, (2016) untuk mencapai prestasi terdapat 4 komponen yang memegang peran penting yaitu :

1. Aspek biologi, meliputi potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ-organ tubuh, postur tubuh, gizi.
2. Aspek psikologi, meliputi intelektual, motivasi, kepribadian, koordinasi gerak
3. Aspek lingkungan, meliputi sosial, sarana dan prasarana, cuaca atau iklim
4. Aspek penunjang, meliputi pelatih, program latihan, penghargaan atau bonus.

Dari pernyataan tersebut, dapat kita lihat bahwa pembinaan olahraga *petanque* yang menyangkut aspek biologis, psikologis, fisik, dan teknik perlu lebih diperhatikan sebab keberhasilan pembinaan kepada atlet untuk olahraga prestasi akan berdampak kepada keterampilan atlet tersebut. Hal ini didukung oleh penelitian Pilus (2017) bahwa program latihan *Steady Lob* dalam olahraga *petanque* menunjukkan kinerja keterampilan yang lebih baik dan lebih signifikan dibandingkan dengan kelompok pembelajaran normal.

Maka dari itu, bagi atlet *petanque* ada beberapa faktor yang harus diperhatikan untuk menunjang keberhasilannya seorang atlet. Salah satunya dalam melakukan lemparan, secara garis besar nya faktor-faktor tersebut antara lain : teknik lemparan, daya tahan otot lengan, mental, ketepatan pengambilan keputusan terhadap teknik yang digunakan. Dengan kekuatan dan daya tahan fisik seseorang atlet yang memiliki aspek psikologis akan lebih dalam melakukan lemparan bosi nya sehingga dengan demikian akan menghasilkan lemparan yang akurat. Menurut Sajoto (1988) daya tahan otot adalah daya tahan yang menunjukkan kemampuan otot atau sekelompok otot lengan, dalam melaksanakan tugasnya dengan waktu yang cukup lama.

Singgih D Gunarsa (1998) bahwa psikologi olahraga diartikan psikologi yang diterapkan dalam bidang olahraga meliputi baik langsung terhadap atlet sebagai pribadi atau dalam tim maupun faktor-faktor di luar atlet yang berpengaruh terhadap kepribadian dan penampilan atlet. Psikologi olahraga merupakan bagian dari psikologi umum yang dapat membantu mencetak para atlet berbakat untuk mampu mengaktualisasikan bakatnya dalam mencapai prestasi puncak. Psikologi olahraga juga berkaitan dengan perasaan nyaman dan bugar, serta keharmonisan kepribadian seorang atlet. Artinya, berolahraga secara teratur memiliki pengaruh tertentu terhadap kepribadian atlet tersebut. Dengan berolahraga maka kondisi psikologis akan terpengaruhi secara positif dan selanjutnya membentuk kepribadian yang positif juga.

Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian dari Hartanti (2004) bahwa “aspek psikologis dan pencapaian prestasi atlet nasional Indonesia, yang dilakukan terhadap sejumlah atlet dari beberapa cabang olahraga di Jawa Timur dan Bali menunjukkan bahwa atlet yang diteliti memiliki tingkat inteligensi minimal normal, minat yang tinggi terhadap olahraga yang ditekuni motivasi internal dalam pencapaian prestasi, gaya belajar kinestetik, dan memiliki sikap hati-hati, percaya diri, ambisius, serta kebutuhan berprestasi yang tinggi.” Husdarta (2011) juga menjelaskan bahwa :

“Faktor psikis berupa struktur dan fungsi-fungsi kepribadian seperti motivasi, emosi, percaya diri, disiplin, kecemasan, ketegangan, pembinaan kelompok, interaksi sosial, dan lain-lain. Memainkan peranan yang amat penting dalam olahraga. Memahami kepentingan ini dalam olahraga, sejak puluhan tahun

yang lalu telah mendorong banyak pihak untuk merintis dibukanya gerbang kajian khusus untuk dipelajari dan diterapkan yakni psikologi olahraga.”

Faktor psikologis sangat berpengaruh terhadap penampilan seorang atlet, sekalipun atlet tersebut memiliki fisik yang bagus dan telah melakukan latihan teknik secara cermat dan maksimal, namun jika tidak adanya atau kurangnya dorongan untuk berprestasi hasilnya seringkali mengecewakan.

Sesuai permasalahan yang telah dijabarkan bahwa bagi mereka yang masih kurang dari segi fisik tentunya perlu dilakukan latihan fisik khusus, namun tingkat kondisi fisik dan anatomis seseorang jelas berbeda-beda. Untuk memperoleh atlet *petanque* yang baik selain dari aspek fisik dan teknik yang diberikan aspek psikis juga sangat penting. Maka dari itu perlu diketahui seberapa besar hubungannya antara daya tahan otot lengan dengan anatomis panjang lengan dan aspek psikologis terhadap hasil lemparan *shooting* pada olahraga *petanque*. Maka dari itu peneliti berinisiatif melakukan penelitian dengan judul “pengaruh panjang lengan, daya tahan otot lengan dan psikologis terhadap *shooting petanque*”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang masalah, maka masalah-masalah yang ada diidentifikasi sebagai berikut :

1. Sejauh mana pemahaman pelatih dalam menentukan atlet *shooter* untuk nomor *shooting* atau bertugas sebagai *shooter* dalam permainan *petanque*?
2. Faktor apa yang menentukan pemain *petanque* melakukan gerakan yang efisien dalam melakukan lemparan *shooting* ?
3. Apakah faktor fisik pemain berpengaruh terhadap prestasi ?
4. Apakah terdapat pengaruh langsung panjang lengan terhadap hasil lemparan *shooting* pada olahraga *petanque* ?
5. Apakah terdapat pengaruh langsung daya tahan otot lengan terhadap hasil lemparan *shooting* pada olahraga *petanque* ?
6. Apakah terdapat pengaruh langsung psikologis terhadap hasil lemparan *shooting* pada olahraga *petanque* ?

7. Apakah terdapat pengaruh langsung panjang lengan terhadap psikologis pada olahraga *petanque* ?
8. Apakah terdapat pengaruh langsung daya tahan otot lengan terhadap psikologis pada olahraga *petanque* ?
9. Bagaimana gambaran umum tentang psikologis pada atlet *shooter* cabang olahraga *petanque* ?

Karena banyaknya masalah yang memungkinkan untuk diteliti, dimana dari masing-masing masalah tersebut menuntut penelitian tersendiri, maka dari itu perlu dilakukannya pembatasan penelitian.

### **C. Pembatasan Penelitian**

Banyaknya faktor yang menentukan prestasi atlet *petanque* khususnya untuk nomor *shooting* maka mesti adanya pembatasan penelitian agar penelitian ini lebih terfokus kepada hal yang akan di bahas. Pembatasan penelitian merupakan cara peneliti agar penelitiannya lebih terarah dan terfokus serta dapat memudahkan pelaksanaan penelitian, maka masalah yang akan diteliti dibatasi. Oleh karena itu, permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada variabel – variabel : (a) variabel bebas yang terdiri dari panjang lengan, daya tahan otot lengan, dan psikologis. (b) variabel terikat nya ialah hasil dari lemparan *shooting* pada cabang olahraga *petanque*.

### **D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah merupakan pertanyaan penelitian, yang jawabannya dicarikan melalui penelitian. Rumusan masalah ini merupakan panduan awal bagi peneliti untuk penjelajahan pada obyek yang diteliti. Berdasarkan latar belakang dan telah diidentifikasi masalah serta pembatasan yang telah dijabarkan, maka peneliti merumuskan permasalahan penelitian ke dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut :

1. Apakah panjang lengan berpengaruh langsung terhadap hasil lemparan *shooting* pada olahraga *petanque* ?

2. Apakah daya tahan otot lengan berpengaruh langsung terhadap hasil lemparan *shooting* pada olahraga *petanque* ?
3. Apakah psikologis berpengaruh langsung terhadap hasil lemparan *shooting* pada olahraga *petanque* ?
4. Apakah panjang lengan berpengaruh langsung terhadap psikologis pada olahraga *petanque* ?
5. Apakah daya tahan otot lengan berpengaruh langsung terhadap psikologis pada olahraga *petanque* ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan membuktikan secara ilmiah ada atau tidaknya pengaruh langsung dan tidak langsung antara panjang lengan ( $X_1$ ), daya tahan otot lengan ( $X_2$ ), dan psikologis ( $X_3$ ) terhadap hasil lemparan *shooting* ( $Y$ ) pada olahraga *petanque*. Secara operasional tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mengkaji antara lain :

1. Pengaruh langsung panjang lengan ( $X_1$ ) terhadap hasil lemparan *shooting* ( $Y$ ) pada olahraga *petanque*
2. Pengaruh langsung daya tahan otot lengan ( $X_2$ ) terhadap hasil lemparan *shooting* ( $Y$ ) pada olahraga *petanque*
3. Pengaruh langsung psikologis ( $X_3$ ) terhadap hasil lemparan *shooting* ( $Y$ ) pada olahraga *petanque*
4. Pengaruh langsung panjang lengan ( $X_1$ ) terhadap psikologis ( $X_3$ ) pada olahraga *petanque*
5. Pengaruh langsung daya tahan otot lengan ( $X_2$ ) terhadap psikologis ( $X_3$ ) pada olahraga *petanque*

## F. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan bagi pembinaan dan peningkatan kualitas prestasi pemain dan atau atlet *petanque* Indonesia. Secara rinci dari kegunaan hasil penelitian ini dijabarkan peneliti sebagai berikut :

1. Teoritis
  - a. Dapat menjadi referensi studi pustaka untuk penelitian olahraga *petanque*.
  - b. Menjadikan pedoman indikator pelatih dalam memilih dan menentukan atlet *petanque* khususnya untuk nomor *shooting*.
2. Praktis
  - a. Sebagai bahan masukan kepada pelatih *petanque* dalam memilih atlet nomor *shooting* pada olahraga *petanque* yang terukur.
  - b. Sebagai bahan pertimbangan dan menambah wawasan pemikiran dalam penyusunan program latihan dan pembinaan peningkatan prestasi olahraga *petanque* nomor *shooting*.
  - c. Sebagai sumber pedoman kriteria bagi penggiat atau bahkan atlet *petanque*