

BAB II

KERANGKA TEORETIS DAN KERANGKA PERPIKIR

A. Kerangka Teoretis

1. Hakikat Profil

Profil sering dihubungkan dengan sebuah data, dimana data tersebut adalah data yang akan dideskripsikan sehingga memperjelas persepsi seseorang akan sesuatu yang akan dijelaskan. Contohnya profil mengenai pebulutangkis terkenal di Indonesia Susi Susanti, di dalamnya menjelaskan mengenai umur, tempat dan tanggal lahir, prestasi yang dicapai dan lain sebagainya.

Profil juga sering kita artikan dengan data diri dari seseorang tentang apa saja yang ada dalam kehidupan seseorang seperti identitas nama, alamat, tempat tanggal lahir, sekolah, karier, hobi, dan lain-lain. Adapun profil yang dimaksud bukan hanya orang saja, bisa juga tentang perusahaan, klub olahraga dan yang lainnya.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online, profil adalah pandangan dari samping (tentang wajah orang), lukisan (gambar) orang dari samping, sketsa biografis, penampang (tanah, gunung, dan sebagainya), grafik atau ikhtisar yang memberikan fakta tentang hal-hal

khusus.¹ Sedangkan menurut JP. Chaplin, profil adalah suatu penilaian individu untuk memaparkan sifat-sifat obyek sesuai dengan standar tertentu.²

Profil juga disebut sebagai gambaran singkat tentang seseorang, organisasi, badan lembaga, ataupun wilayah dan lain-lain, tergantung dari sudut pandangnya. Dilihat dari segi seninya, profil dapat diartikan sebagai gambaran atau sketsa tampang atau wajah seseorang yang di lihat dari samping. Sedangkan bila dilihat dari segi statistiknya profil adalah sekumpulan data yang menjelaskan sesuatu dalam bentuk grafik atau tabel.

Dari beberapa pengertian yang telah dijabarkan di atas, dapat dikatakan bahwa profil adalah pemaparan atau pendeskripsian tentang suatu objek khusus yang ingin diketahui secara lebih mendalam. Paparan yang dimaksud tersebut tergantung dari objek yang akan diprofilkan. Profil memiliki fungsi dan tujuan yaitu memberikan informasi dan untuk memperjelas persepsi seseorang terhadap sesuatu yang ada.

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan profil adalah gambaran tentang keadaan atlet pelatnas petanque indonesia yang dilihat dari segi antropometrinya.

¹ <http://kbbi.web.id/profil> (diakses pada 20/03/2016 pukul 15.28).

² J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, alih bahasa Kartini Kartono, Ed. 1, Cet. 1 (Jakarta: Rajawali, 1989), h. 388.

2. Hakikat Antropometri

Antropometri merupakan suatu istilah yang digunakan untuk suatu cabang ilmu pengetahuan yang khusus berkaitan dengan penerapan pengukuran tubuh manusia, bentuk, proporsi, komposisi dan kematangan.³ Menurut Bahram, *anthropometry* adalah ilmu pengetahuan tentang permasalahan pengukuran terhadap berat (*weight*), ukuran (*size*), dan proporsi tubuh manusia serta bagian-bagiannya (*proportions of the human body and its parts*).⁴ Sedangkan menurut Pulat dalam buku antropometri dan aplikasinya, antropometri adalah sebuah studi tentang dimensi tubuh manusia.⁵

Antropometri berasal dari bahasa Latin yaitu *antrophos* yang memiliki arti manusia dan *metron* yang berarti pengukuran. Secara garis besar pengertian antropometri adalah pengukuran manusia dan lebih cenderung terfokus pada dimensi tubuh manusia.

Variabilitas dimensi tubuh manusia dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain:⁶

³ Bayu Rahadian et al, *Buku Pedoman Antropometri dan Kapasitas Fisik Olahragawan* (Jakarta: KEMENPORA RI 2008), h. 1.

⁴ M. Yusuf Hadisasmita, dan Aip Syarifudin, *Ilmu Kepeleatihan Dasar*, (Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan 1996) h. 71.

⁵ Hari Purnomo, *Antropometri dan Aplikasinya* (Yogyakarta: Graha Ilmu 2013) h. 2.

⁶ *Ibid.*, hh. 9-14.

a. Umur

Pertumbuhan manusia berawal dari manusia lahir hingga usia dewasa 20 tahun untuk laki-laki dan 17 tahun untuk perempuan. Ada kecendrungan berkurang pada umur 60 tahun.

b. Jenis Kelamin

Secara umum lelaki mempunyai dimensi tubuh yang lebih besar dibandingkan dengan perempuan untuk sebagian besar dimensi tubuh.

c. Ras Asli

Sebagian orang Asia Tenggara lebih pendek dibandingkan dengan orang Eropa dan Amerika.

d. Variabilitas Jenis Pekerjaan atau Profesi

Seorang atlet basket profesional mempunyai dimensi tubuh yang berbeda dengan atlet marathon profesional. Pebasket profesional cenderung mempunyai tinggi badan yang lebih tinggi dibandingkan atlet yang lain dan atlet marathon profesional mempunyai dimensi tubuh lebih kurus dibandingkan dengan atlet yang lainnya.

e. Lingkungan Daerah

Orang yang tinggal di pedesaan akan berbeda dengan orang yang tinggal di perkotaan. Orang yang tinggal di pedesaan cenderung lebih kurus dikarenakan orang pedesaan lebih sering

berjalan kaki dan menggunakan alat-alat manual dibandingkan orang-orang diperkotaan.

f. Tingkat Sosial dan Status Nutrisi

Tingkat sosial tinggi akan berdampak pada pemenuhan gizi yang cukup dan baik. Dengan demikian orang yang tingkat sosialnya rendah dengan nutrisi yang rendah akan mempunyai dimensi tubuh lebih kecil dibandingkan dengan status nutrisi yang baik.

Antropometri meliputi penggunaan secara hati-hati dan teliti dari titik-titik pada tubuh untuk pengukuran, posisi spesifik dari subjek yang ingin diukur dan penggunaan alat yang benar. Pengukuran yang dapat dilakukan pada manusia secara umum meliputi pengukuran massa, panjang, tinggi, lebar, dalam, *circumference* (putaran), *curvatur* (busur), pengukuran jaringan lunak (lipatan kulit). Pada intinya pengukuran dapat dilakukan pada tubuh secara keseluruhan (contoh *stature*) maupun membagi tubuh dalam bagian yang spesifik (contoh panjang tungkai)

Johan Sigismund Elsholtz seorang ahli anatomi berkebangsaan Jerman adalah orang pertama yang menggunakan istilah antropometri dan menciptakan alat ukur yang dinamakan antropometron yang merupakan cikal bakal alat ukur yang dikenal sebagai antropometer. Sebagian besar data antropometri yang ada sekarang ini merupakan hasil pengukuran dengan menggunakan peralatan sederhana seperti

kursi antropometri ataupun dengan peralatan seperti jangka lengkung dan jangka sorong, antropometer dan timbangan untuk mengukur berat badan dan lain-lain.

Metode pengukuran dimensi tubuh (antropometri) dibedakan menjadi dua jenis, yaitu: ⁷

a. Antropometri Statis (Struktural)

Pengukuran yang sifatnya statis di mana subjek diukur dalam kondisi diam. Seperti Tinggi Badan, Berat Badan, Tinggi Duduk dan lain sebagainya.

b. Antropometri Dinamis (Fungsional)

Pengukuran yang sifatnya dinamis di mana subjek diukur dalam kondisi adanya pergerakan atau kerja. Seperti Tinggi Badan Jongkok, Panjang Badan Merangkak, dan lain sebagainya.

Pengukuran antropometri statis lebih mudah dilakukan dibandingkan dengan pengukuran antropometri dinamis. Oleh sebab itu, pengukuran antropometri statis lebih sering untuk digunakan dan diaplikasikan. Berbagai macam pengukuran antropometri statis yang sering digunakan adalah sebagai berikut:

⁷ *Ibid.*, h. 16.

a. Tinggi Badan

Tinggi badan adalah jarak vertikal dari lantai sampai ujung kepala. Pada keadaan normal, tinggi badan tumbuh seiring dengan penambahan umur. Tulang rangka manusia merupakan bangunan yang memberi bentuk tubuh dan sebagai penyangga tubuh. Tulang tumbuh karena adanya lapisan pertumbuhan tulang (Epifise dan Diafise) pada bentuk tulang panjang. Tingkat kematangan atau pertumbuhan tulang ditandai dengan bersatunya Epifise dan Diafise dimana Epifise distalis bersatu pada usia 17-19 tahun, sedangkan Epifise lateralis bersatu pada usia 19-20 tahun.

Alat pengukur tinggi badan adalah Stadiometer atau pengukur tinggi badan.



Gambar 2.1. Alat Pengukur Tinggi Badan (Stadiometer)

Sumber : Dokumentasi Pribadi

Prosedur pengukuran tinggi badan:

- Lepas sepatu atau alas kaki.
- Berdiri tegak, panangan lurus kedepan, dan telapak kaki menapak pada alas.
- Ukur tinggi badan dengan menurunkan *platform*-nya sehingga dapat menyentuh bagian atas kepala.
- Catat hasil yang ditunjukkan oleh tongkat pengukur dalam satuan centimeter (cm).

b. Berat Badan

Berat badan adalah ukuran tubuh dalam sisi beratnya yang ditimbang dalam keadaan berpakaian minimal tanpa perlengkapan apapun. Dengan mengetahui berat badan seseorang maka kita akan dapat memperkirakan tingkat kesehatan atau gizi seseorang. Berat badan sebenarnya ditentukan oleh jumlah cairan, kadar lemak, protein, dan mineral yang ada pada tubuh manusia ($\pm 60\%$). Berat badan tubuh juga dipengaruhi oleh usia dan kegiatan fisik serta temperatur tubuh.

Alat pengukur berat badan adalah timbangan badan yang dinyatakan dalam satuan kilogram (kg).



Gambar 2.2. Alat Pengukur Berat Badan (Timbangan)

Sumber : Dokumentasi Pribadi

Prosedur pengukuran berat badan:

- Lepaskan alas kaki, jam tangan dan pakaian luar seperti jaket atau yang lainnya.
- Sesuaikan jarum penunjuk timbangan hingga sejajar dengan angka nol kilogram (0 kg).
- Naik ke atas timbangan dan berdiri tepat di tengah-tengah alas timbangan dengan pandangan lurus ke depan.
- Catat hasil yang ditunjukkan oleh jarum penunjuk timbangan dalam satuan kilogram (kg).

c. Tinggi Duduk

Tinggi duduk adalah jarak vertikal dari alas duduk ke bagian paling atas kepala. Tujuannya untuk mengukur panjang badan bagian atas yang meliputi panjang togok, leher, sampai panjang kepala.

Alat pengukur tinggi duduk adalah kursi antropometer atau *Sliding Caliper*.



Gambar 2.3. Alat Untuk Mengukur Tinggi Duduk

Sumber : Dokumentasi Pribadi

Prosedur pengukuran:

- Testi harus duduk tegak, pandangan lurus ke depan, dan kedua lutut ke arah depan dan ditebuk apabila menggunakan kursi antropometer, sedangkan kedua tangan diletakan di atas kedua paha sejajar dengan permukaan lantai.
- Pantat dan kedua bahu bersandar ke arah pengukur tinggi duduk yang ditempatkan secara vertikal pada garis tengah dibelakang testi.
- Ukur jarak vertikal dari alas duduk sampai ujung atas kepala.
- Catat hasil angka yang ditunjukan oleh meteran dengan satuan centimeter (cm).

d. Panjang Tungkai

Panjang tungkai adalah jarak dari telapak kaki sampai ke pinggul baik itu tungkai bagian kanan maupun bagian kiri.

Alat yang di gunakan untuk mengukur panjang tungkai adalah antropometer atau meteran.



Gambar 2.4. Alat Untuk Mengukur Panjang Tungkai

Sumber : Dokumentasi Pribadi

Prosedur pengukuran:

- Testi dalam posisi berdiri atau posisi tidur tanpa mengenakan alas kaki.
- Ukur dari lantai apabila berdiri dan ukur dari telapak kaki apabila posisi tidur yang diukur sampai pinggul.
- Catat hasil angka yang didapat dengan satuan centimeter (cm).

e. Panjang Lengan

Panjang lengan adalah jarak dari tulang akromial sampai pergelangan tangan dalam posisi duduk atau berdiri baik itu lengan bagian kanan ataupun bagian kiri.

Alat yang di gunakan untuk mengukur panjang lengan adalah antropometer atau meteran.



Gambar 2.5. Alat Untuk Mengukur Panjang Lengan

Sumber : Dokumentasi Pribadi

Prosedur pengukuran:

- Testi dalam keadaan posisi duduk atau berdiri.
- Ukur dari tulang akromial sampai pergelangan tangan.
- Catat hasil angka yang didapat dengan satuan centimeter (cm).

f. Panjang Telapak Tangan

Panjang telapak tangan adalah panjang dari lengan di pergelangan tangan sampai ke ujung jari baik itu bagian telapak tangan kanan maupun bagian telapak tangan kiri.

Alat yang di gunakan untuk mengukur panjang telapak tangan adalah antropometer atau meteran.



Gambar 2.6 Alat Untuk Mengukur Panjang Telapak Tangan

Sumber : Dokumentasi Pribadi

Prosedur pengukuran:

- Telapak tangan testi berada dalam kondisi relax, jari-jari telapak tangan rapat dan ditegakkan menghadap ke atas.
- Ukur dari ujung jari tengah sampai dengan pergelangan tangan.
- Catat hasil angka yang didapat dengan satuan centimeter (cm).

Antropometri adalah ukuran bagian-bagian tubuh seperti tinggi badan, berat badan, panjang tungkai, dan sebagainya.⁸ Antropometri dibidang olahraga sangat menunjang dalam pembentukan sesuai dengan

⁸ Napitupulu WP, *Kamus Istilah Olahraga* (Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan 1982), h. 5.

kebutuhan cabang olahraga itu sendiri. Oleh karena itu dalam olahraga tertentu membutuhkan bentuk postur tubuh yang sesuai agar dapat mencapai prestasi yang optimal.⁹ Dalam dunia olahraga antropometri juga merupakan salah-satu indikator penting dalam pemanduan bakat (proses menemukan dan memilih seseorang yang berbakat).

Sebagian besar penelitian terlebih dahulu dalam bidang pembuatan dan pengembangan pengukuran (*measurement*) adalah tentang umur, tinggi badan, dan berat badan serta tipe tubuh. Tujuan akhir dari pengukuran antropometri adalah menetapkan bentuk atau tipe tubuh seseorang.

Karakter fisik sangat erat hubungannya dengan tipe tubuh. Tidak ada dua orang yang memiliki tipe dan bentuk tubuh yang benar-benar sama sekalipun anak kembar. Agar memudahkan dalam membentuk tipe tubuh yang sesuai dengan karakteristik cabang olahraga maka beberapa pengelompokan (klasifikasi) tipe tubuh atau yang sering disebut somatotipe.

⁹ A. Hamidsyah Noer et al, *Materi Pokok Kepeleatihan Dasar* (Jakarta: Universitas Terbuka 1993), h. 48.

Kretschmer dalam buku psikologi kepribadian membagi empat (tiga tambah satu) tipe tubuh antara lain sebagai berikut:¹⁰

- a. *Pyknis* atau *Stenis*; ukuran mendatar lebih daripada keadaan biasa, sehingga kelihatan pendek-gemuk.
- b. *Leptosom* atau *Asthenis*; ukuran menegak lebih dari keadaan biasa, sehingga tubuh kelihatan jangkung.
- c. *Athletis*; ukuran-ukuran mendatar menegak dalam perbandingan seimbang, sehingga tubuh kelihatan selaras. Tipe ini perpaduan antara *pyknis* dan *leptosom*.
- d. *Displastis*; tipe ini merupakan penyimpangan dari ketiga tipe yang telah dikemukakan itu, tidak dapat dimasukkan ke dalam salah-satu diantara ketiga tipe itu karena tidak memiliki ciri-ciri yang khas menurut tipe-tipe tersebut. bermacam-macam bagian seolah-olah bertentangan satu sama lain

Sedangkan Sheldon dalam buku Tes dan Pengukuran Kepeleatihan membagi tipe/bentuk tubuh mejadi 3 tipe yaitu: ¹¹

- a. Tipe *endomorf*; tubuh berbetuk bulat dan lunak, konsentrasi masa tubuh pada bagian tengah, kepala besar dan bulat, leher pendek

¹⁰ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian* (Jakarta: RajaGrafindo 2002), hh. 21-24.

¹¹ M. Moeslim, *Tes dan Pengukuran Kepeleatihan* (Jakarta: KONI PUSAT 1995), hh. 19-20.

dan gemuk, dada lebar, tebal, dan berlemak, kaki pendek dan kuat.

- b. Tipe *mesomorf*; tubuh berat, keras dan persegi dengan otot-otot yang masif, tulang besar, tulang muka menonjol, leher cukup panjang dan kuat, rongga dada lebih besar dari pada perut, bahu lebar dan tulangnya berat dan menonjol, lengan atas berotot dan lengan bawah, pergelangan tangan dan jari-jari masif, otot perut besar dan berat, pinggang ramping dan rendah, serta pantat berat dan kedua kaki masif.
- c. Tipe *ectomorf*; struktur badan lemah dan rapuh, kepala relatif besar, dahi bundar, wajah kecil, dagu runcing, dan hidung mancung, leher panjang dan ramping, dada panjang dan sempit, kedua bahu ke depan, kedua tangan panjang, otot-otot tidak kelihatan, perut datar dengan cekung pada bagian atas pusat, pantat hampit tidak kelihatan, kedua kaki panjang dan kurus.

Berdasarkan tipe-tipe tubuh di atas maka dalam pemilihan seorang atlet yang berbakat, postur tubuh memegang peranan penting yang harus diperhitungkan oleh seorang pelatih dalam pencapaian prestasi yang optimal sesuai dengan karakteristik cabang olahraganya.

Pengukuran antropometri bertujuan untuk menentukan status fisik yang diperluas sehingga mencakup perkembangan tipe tubuh manusia

dalam hubungannya dengan kesehatan, sikap, kemampuan fisik dan kualitas kepribadian.

Pada cabang olahraga petanque antropometri mungkin bisa membantu untuk mengetahui bagaimana seseorang menjadi *pointer*, *shooter*, atau *middle* (bisa *point* bisa *shoot*). Dengan cara pengukuran pada dimensi tubuh diantaranya, tinggi badan, berat badan, tinggi duduk, panjang tungkai, panjang lengan, dan panjang telapak tangan.

Pengukuran tinggi badan pada atlet petanque bertujuan semakin tinggi badan atlet semakin jauh pula jarak pandang yang bisa dilihat dalam mempresisikan bola yang akan ditargetkan dan tidak memerlukan daya tahan otot dan *power* yang lebih besar untuk melempar bola.

Pengukuran berat badan pada atlet petanque bertujuan untuk mempertahankan posisi tubuh (keseimbangan) saat melakukan lemparan dan mengetahui sejauh mana daya tahan tubuh atlet itu sendiri dalam mengikuti pertandingan, karena dalam permainan petanque ini hanya sedikit saja waktu untuk beristirahat.

Pengukuran tinggi duduk pada atlet petanque hampir sama dengan tujuan pengukuran tinggi badan yaitu semakin tinggi semakin jauh pula jarak pandang yang akan dilihat oleh atlet pada saat melakukan lemparan bola dalam posisi jongkok.

Pengukuran panjang tungkai pada atlet petanque adalah bertujuan untuk mengetahui seberapa panjang bagian bawah tubuh atlet petanque untuk menunjang kemampuan si atlet pada saat melakukan lemparan *shooting*.

Pengukuran panjang lengan pada atlet petanque bertujuan untuk mengetahui seberapa panjang lengan atlet yang berpengaruh pada jauh jangkauan lempar yang akan dilakukan atlet itu sendiri. Sedangkan untuk pengukuran telapak tangan bertujuan untuk memudahkan atlet dalam memilih ukuran bola yang tepat dan sesuai dengan posisi sebagai *pointer, shooter, atau midle*.

Jadi dapat disimpulkan bahwa profil antropometri adalah suatu gambaran yang menunjukkan ukuran-ukuran tubuh yang dapat dilihat dengan menjalani pengukuran tubuh sesuai karakteristik cabang olahraga tertentu.

3. Hakikat Atlet Pelatnas Petanque Indonesia

2.3.1 Atlet Pelatnas Indonesia

Kata atlet berasal dari bahasa Yunani "*athlos*" yang berarti kontes, artinya orang yang ikut serta dalam suatu kompetisi

olahraga.¹² Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online, atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan).¹³ Menurut Sukadiyanto, atlet adalah seseorang yang menggeluti dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada cabang olahraga yang dipilihnya.¹⁴ Seorang atlet harus memiliki keinginan atau motif berprestasi. Hal tersebut akan mendorong si atlet untuk selalu berusaha mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Pelatnas adalah sebuah singkatan dari kata pemusatan latihan nasional. Pelatnas sendiri adalah kegiatan pelaksanaan program pelatihan dalam jangka waktu tertentu yang terpusat di dalam suatu lingkungan tertentu dimana atlet dapat tinggal bersama dan melakukan kegiatan sehari-hari sesuai dengan program pelatihan.¹⁵

Jadi, atlet pelatnas Indonesia adalah seseorang yang menggeluti dan aktif melaksanakan latihan sesuai dengan program pelatihan dalam jangka waktu tertentu untuk meraih prestasi pada cabang

¹² http://www.academia.edu/9228422/Olahraga_untuk_Performa_Atlet (diakses pada 20/03/2016 pukul 16.48).

¹³ <http://kbbi.web.id/atlet> (diakses pada 20/03/2016 pukul 16.48).

¹⁴ Apta Mysidayu, dan Febi Kurniawan, *Ilmu Kepelatihan Dasar* (Bandung: Alfabeta 2015), h. 14.

¹⁵ http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/11519/I09dfe.pdf;jsessionid=7B181A_1889E037A59BDEB70D4C3278E8?sequence=2 (diakses pada 20/03/2016 pukul 18.12)

olahraga tertentu dalam rangka membawa nama dan mewakili Indonesia dalam suatu pertandingan internasional.

2.3.2 Olahraga Petanque

Petanque berasal dari bahasa Occitan yakni "*Les Pen Tanco*" yang berarti "kaki rapat". Petanque adalah suatu bentuk permainan *boules* yang tujuannya melempar bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut *cochonnet* dan kaki harus berada di lingkaran kecil. Permainan ini biasa dimainkan di tanah keras atau minyak, tapi juga dapat dimainkan di rerumputan, pasir atau permukaan tanah lain.

Jenis lemparan dalam olahraga petanque ada dua jenis lemparan yaitu *pointing* dan *shooting*.

a. *Pointing*

Adalah jenis lemparan untuk mendekati boka target lebih dekat dari bosi lawan.

Teknik Dasar *Pointing*:

- *Roll*

Melempar bosi kurang dari 3 meter dari lingkaran dimana bosi tersebut menggelinding sepanjang arena mendekati boka target.

- *Soft Lob / Half Lob*

Melempar bosi sedikit lebih tinggi membentuk kurva dan bosi jatuh dan menggelinding ke boka target.

- *High Lob / Full Lob*

Melempar bosi lebih tinggi hampir vertikal dan bosi jatuh dan menggelinding ke boka target.

b. Shooting

Adalah jenis lemparan untuk mengusir bosi lawan dari boka target.

Jenis-jenis *shooting* yaitu:

- *Shot on the iron*

Menembak tepat pada bosi lawan tanpa menyentuh tanah terlebih dahulu.

- *Short Shot*

Menembak bosi lawan dengan terlebih dahulu menyentuh tanah sekitar 20 s.d 30 cm dari bosi lawan.

- *Ground Shot*

Menembak bosi lawan dengan terlebih dahulu menyentuh tanah sekitar 3 atau 4 meter dan menggelinding mengenai bosi lawan.

Lemparan yang dilakukan dalam permainan petanque secara umum mengaplikasikan gerak parabola, dimana faktor konsistensi tenaga saat melempar dan sudut lemparan menjadi kunci mencapai jarak horizontal tertentu. Selain itu dibutuhkan keseimbangan yang baik untuk menjaga konsistensi arah lemparan yang dilakukan dengan melatih otot-otot keseimbangan tubuh (*core muscle*).¹⁶

*When throwing, a common fault is to “jerk” the arm, as if swings forward when starting the forward swing, the player has a tendency to move (the more you ‘force’ the arm, the more you move). The result is a loss of accuracy and often result is not throwing straight.*¹⁷

Artinya: Ketika melempar, kesalahan umum adalah untuk "sentakan" lengan, seolah ayunan ke depan ketika memulai ayunan ke depan, pemain memiliki kecenderungan untuk bergerak (semakin anda 'memaksa' lengan, semakin anda bergerak). Hasilnya adalah hilangnya akurasi dan sering mengakibatkan tidak membuang lurus.

Komponen-komponen dalam melakukan *shooting*, yaitu:

1. Pegangan bola (teknik dalam memegang bos)
2. Posisi badan mengarah ke target (kelurusan badan dengan target)

¹⁶<https://coachiwan.wordpress.com/2012/11/12/biomekanika-olahraga-petanque/> (diakses pada 12/03/2016 pukul 16:05).

¹⁷ SOUEF Gilles, *The Winning Trajectory* (French: Copy Media, 2015), h. 41.

3. Keseimbangan statis tungkai
4. Posisi badan yang rendah dan condong ke depan
5. *Relase the ball* (pelepasan bola)
6. *Follow through*.

Peralatan-peralatan yang dipergunakan dalam bermain olahraga petanque adalah sebagai berikut:

a. Bosi (*boules*)

Terbuat dari bahan metal berdiameter minimal 7,05 cm – maksimal 8 cm. Berat bola berkisar 650 gram – 800 gram. *Boules* pertandingan harus memenuhi spesifikasi yang terukir di *boules* seperti merek *boules*, nomor seri *boules*, berat *boules*, dan ukuran *boules*. Bosi biasanya berwarna terang ataupun gelap.



Gambar 2.7. Bosi (*Boules*)

Sumber: http://store.obut.com/media/wysiwyg/CMS/boule_stries.jpg
diakses 09/03/2016

b. *Jack* (boka)

terbuat dari bahan kayu atau plastik berdiameter 30 mm.



Gambar 2.8. *Jack* (boka)

Sumber: <http://pypetanque.co.uk/ESW/Images/2013plainbuts.jpg>
diakses 09/03/2016

c. Meteran

Alat pengukur untuk jarak 1 meter, 5 meter, 10 meter.

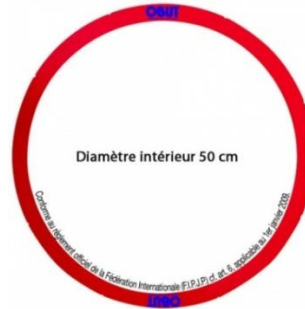


Gambar 2.9. Meteran

Sumber: <http://www.linternaute.com/sport/pratique/classement/les-sports-qui-comptent-le-plus-de-licencies/n-8-la-petanque.shtml> diakses
09/03/2016

d. *Circle* (lingkaran)

Lingkaran harus berdiameter 50 cm.

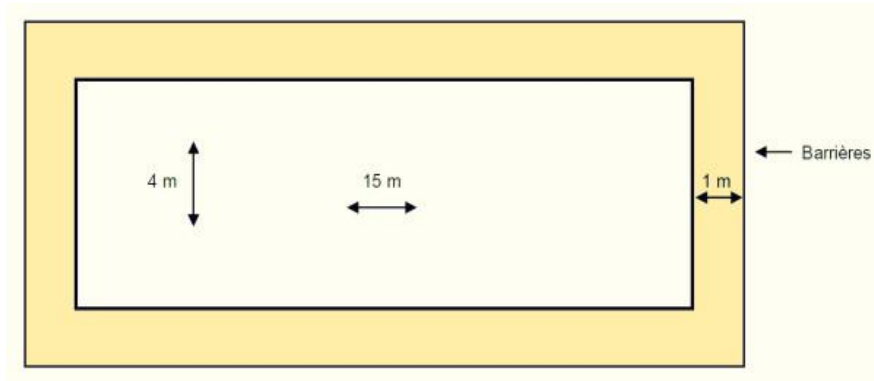


Gambar 2.10. *Circle* (lingkaran)

Sumber: http://www.petanquecanada.com/wp-content/uploads/2014/06/cercle_de_petanque_rigide_marque_obut.png
diakses 09/03/2016

e. Lapangan Petanque

Berdasarkan peraturan FIPJP, standar Lapangan Petanque untuk kompetisi Internasional dan Nasional berukuran 15meter x 4 meter. Petanque dapat di mainkan di atas tanah liat atau bebatuan, untuk lapangan rumput dan *concrete* tidak di rekomendasikan. Keliling lapangan harus di batasi oleh benda/batu, agar bola tidak keluar dari arena permainan.



Gambar 2.11. Lapangan petanque

Sumber: <http://a404.idata.over-blog.com/600x250/5/73/33/24/ARBITRE/CODE-ARBITRAGE-MIS-A--JOUR-2012-1-.pdf---Adobe-Real-copie-12.jpg> diakses 09/03/2016

Sejarah petanque berawal pada abad ke-6 SM orang Yunani Kuno telah memainkan permainan melempar koin, batu datar, dan bola batu, disebut *spheristics*. Bangsa Romawi Kuno memodifikasi permainan dengan menambahkan target yang harus didekati sedekat mungkin. Variasi Romawi dibawa ke Provence oleh tentara Romawi dan pelaut. Sebuah makam Romawi di Florence menunjukkan orang bermain game ini, membungkuk untuk mengukur poin. Dalam perkembangannya setelah itu masyarakat Roma, menggantikan bola batu dengan bola kayu, dengan kuku untuk memberi mereka bobot yang lebih besar.

Pada Abad Pertengahan Erasmus menyebut permainan itu sebagai *globurum*. Tetapi selanjutnya menjadi dikenal sebagai '*boule*', atau bola, dan itu dimainkan di seluruh Eropa. Raja Henry III

dari Inggris melarang permainan itu dan menggantikannya dengan pemanah, dan di abad 14, Charles IV dan Charles V dari Perancis juga melarang olahraga untuk rakyat jelata. Namun dalam abad ke-17 adalah larangan tersebut dicabut. Pada abad ke-19, di Inggris olahraga telah menjadi bowling rumput, di Perancis, olahraga ini dikenal sebagai *boule*, dan dimainkan di seluruh masyarakatnya. Para Meissonnier seniman Prancis membuat dua lukisan menunjukkan orang-orang bermain game, dan Honoré de Balzac dijelaskan pertandingan di *La Comédie humaine*. Di Prancis Selatan telah berevolusi menjadi *jeu Provençal*, mirip dengan petanque, kecuali bahwa lapangan lebih besar dan pemain menjalankan tiga langkah sebelum membuang bola. Permainan ini dimainkan di desa-desa di seluruh Provence, biasanya pada kotak tanah di bawah naungan pohon.

Petanque dalam bentuk yang sekarang ditemukan pada tahun 1907 di kota La Ciotat dekat Marseilles oleh pemain Lyonnaise Prancis bernama "*Jules Boule Lenoir*". Panjang *pitch* atau lapangan dikurangi oleh sekitar setengah, dan pengiriman bergerak diganti dengan yang stasioner. Turnamen petanque pertama dengan aturan baru diselenggarakan pada tahun 1910 oleh Ernest saudara dan Joseph Pitiot, pemilik sebuah kafe di La Ciotat.

Setelah itu olahraga tumbuh dengan kecepatan tinggi, dan segera menjadi bentuk yang paling populer dari *boule*. *Federation Internationale de Petanque et Jeu Provençal* (FIPJP) terbukti didirikan pada tahun 1958. Permainan petanque mulai terkenal di Eropa dibawa kolonial ke daerah jajahan dan berkembang sehingga saat ini terdapat 600.000 anggota di 52 negara (2002). Kejuaraan Dunia pertama diselenggarakan pada tahun 1959. Kejuaraan paling baru diadakan di Faro (2000), Monako (2001), Grenoble (2002, 2004 dan 2006), Jenewa (2003), Brussels (2005), dan Pattaya/Thailand (2007). Lima puluh dua tim dari 50 negara berpartisipasi dalam 2007.

Indonesia mengenal olahraga Petanque sejak lama namun tidak diketahui pastinya. Awalnya di Indonesia, olahraga ini hanya dimainkan oleh kaum ekspatriat atau orang-orang asing yang bekerja di Indonesia melalui perkumpulan – perkumpulan ekspatriat seperti International Sport Club Indonesia (ISCI) di Ciputat, Tangerang dan Jakarta Petanque Club di Ragunan, Jakarta. Beberapa hotel seperti Hotel Novotel Lombok memiliki fasilitas bermain Petanque di arena pasir pantai Kuta Lombok. Pada tahun 2002, Jakarta Petanque Club telah menghubungi Komite Olahraga Nasional (KONI) untuk mengembangkan olahraga ini, namun belum mencapai hasil yang baik. Pada tahun 2011, Indonesia ditunjuk menjadi tuan rumah SEA GAMES XXVI-2011 di kota Jakarta dan Palembang, dan salah satu

cabang olahraga yang dipertandingkan adalah Petanque dimana telah dipertandingkan di SEA GAMES sejak SEA GAMES tahun 2001 di Kuala Lumpur Malaysia.

KONI Provinsi Sumatra Selatan segera menunjuk PDPDE (Perusahaan Daerah Provinsi Sumatra Selatan) untuk membentuk wadah organisasi Petanque dan sekaligus mencari, menseleksi atlet dan kepelatihan untuk menghadapi pertandingan SEA GAMES cabang olahraga Petanque. Pemerintah Provinsi Sumatra Selatan Sebagai tuan rumah SEA GAMES XXVI-2011 di Palembang telah membangun venue Pertandingan Petanque yang bertaraf Internasional di Jakabaring Sport City kota Palembang dengan memiliki 10 *lane* untuk latihan dan 8 *lane* untuk pertandingan.

Pengembangan selanjutnya pasca SEA GAMES XXVI-2011 dan untuk menghadapi kegiatan multievent Nasional dan Internasional, FOPI ditunjuk oleh KONI dan KOI untuk segera membangun struktur FOPI dan mengembangkan olahraga ini di seluruh Indonesia.

Pada tahun ini akan diadakan multievent ASEAN University Games (AUG) di negara Singapura tepat pada bulan Juli 2016. Cabang Olahraga yang akan dipertandingkan di AUG 2016 ada 16 cabang yaitu, panahan, atletik, bulutangkis, basket, kano, anggar, sepak bola, pencak silat, petanque, rugby 7's, sepak takraw, menembak, renang, tenis meja, bola voli, dan polo air.

Petanque Indonesia sendiri telah berpartisipasi mengirimkan atletnya untuk mengikuti event ASEAN University Games (AUG) pada 2012 di Laos dan di Indonesia pada tahun 2014. Pada tahun 2012 atlet petanque Indonesia membawa pulang medali perunggu disemua kategori yang diikuti yaitu kategori *shooting men, shooting women, single men, double women, triple men*, dan *triple mix (1 men + 2 women)*. Sedangkan pada tahun 2014 atlet petanque Indonesia berhasil mendapatkan medali emas pada nomor *single women* dan medali perak pada nomor *double men*.

Pada multievent olahraga AUG tahun ini, petanque Indonesia kembali mengikut sertakan atletnya yang berjumlah sebanyak 8 orang. Pengurus Besar Federasi Olahraga Petanque Indonesia (PB. FOPI) sangat berharap agar atlet yang akan dikirim ke dalam multievent olahraga tersebut bisa mencapai prestasi tertinggi yang lebih baik dari event sebelumnya.

B. Kerangka Berpikir

Dalam dunia olahraga antropometri merupakan salah-satu indikator penting dalam pemanduan bakat (proses menemukan dan memilih seseorang yang berbakat). Antropometri sendiri sangat menunjang dalam pembentukan gerak sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga masing-masing. Oleh karena itu, dalam olahraga tertentu membutuhkan bentuk-bentuk postur tubuh yang sesuai agar mencapai prestasi yang optimal.

Sebagian besar penelitian terlebih dahulu dalam bidang pembuatan dan pengembangan pengukuran (*measurement*) antropometri adalah tentang umur, tinggi badan, dan berat badan serta tipe tubuh. Tujuan akhir dari pengukuran antropometri adalah menetapkan bentuk atau tipe tubuh seseorang.

Pada cabang olahraga petanque, dalam hal pemilihan atletnya belum ada kriteria ukuran tubuh atlet yang ideal dalam cabang olahraga tersebut. Pengukuran antropometri pada cabang olahraga petanque mungkin bisa membantu untuk mengetahui bagaimana seseorang menjadi *pointer*, *shooter*, atau *middle* (bisa *point* bisa *shoot*) dengan cara pengukuran pada dimensi tubuh seperti tinggi badan, berat badan, tinggi duduk, panjang tungkai baik itu bagian kanan atau kiri, panjang lengan baik itu bagian kanan atau kiri, dan panjang telapak tangan kanan atau kiri.

Pengukuran tinggi badan pada atlet petanque bertujuan semakin tinggi badan atlet semakin jauh pula jarak pandang yang bisa dilihat dalam mempresisikan bola yang akan ditargetkan dan tidak memerlukan daya tahan otot dan *power* yang lebih besar untuk melempar bola.

Pengukuran berat badan pada atlet petanque bertujuan untuk mempertahankan posisi tubuh (keseimbangan) saat melakukan lemparan dan mengetahui sejauh mana daya tahan tubuh atlet itu sendiri dalam mengikuti pertandingan, karena dalam permainan petanque ini hanya sedikit saja waktu untuk beristirahat.

Pengukuran tinggi duduk pada atlet petanque hampir sama dengan tujuan pengukuran tinggi badan yaitu semakin tinggi semakin jauh pula jarak pandang yang akan dilihat oleh atlet pada saat melakukan lemparan bola dalam posisi jongkok.

Pengukuran panjang tungkai pada atlet petanque adalah bertujuan untuk mengetahui seberapa panjang bagian bawah tubuh atlet petanque untuk menunjang kemampuan si atlet pada saat melakukan lemparan *shooting*.

Pengukuran panjang lengan pada atlet petanque bertujuan untuk mengetahui seberapa panjang lengan atlet yang berpengaruh pada jauh jangkauan lempar yang akan dilakukan atlet itu sendiri. Sedangkan untuk pengukuran telapak tangan bertujuan untuk memudahkan atlet dalam

memilih ukuran bola yang tepat dan sesuai dengan posisi pemain sebagai *ponter, shooter, atau midle*.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa peranan antropometri pada cabang olahraga petanque sangat menunjang dalam pencapaian prestasi yang optimal. Dalam hal ini, peneliti menganggap penting untuk membuat suatu profil atau gambaran antropometri atlet pelatnas petanque Indonesia untuk siap menghadapi event olahraga baik event nasional maupun internasional. Selain itu, peneliti sangat berharap agar profil ini menjadi bermanfaat untuk PB. FOPI maupun Pengprov-pengprov FOPI lainnya dalam memilih dan membentuk atlet yang potensial dan berprestasi.