

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga *petanque* merupakan olahraga baru di Indonesia, *petanque* merupakan cabang olahraga akurasi, olahraga *petanque* dapat dimainkan dimana saja hanya membutuhkan lahan bertanah keras dan rata yang berukuran panjang 15 meter dan lebar 4 meter, akan tetapi sangat tidak dianjurkan bermain di rumput dan lantai atau beton.

Saat ini *petanque* menjadi salah satu olahraga prestasi di Indonesia, cabang olahraga *petanque* sudah dipertandingkan pada multi event Nasional dan Internasional. Untuk event Nasional *petanque* sudah dipertandingkan pada eksebis PON XIX Jawa Barat 2016 lalu dan untuk event Internasional terdekat, *Petanque* juga dipertandingkan di SEA Games Phillipina 2019 lalu.

Teknik dasar permainan *petanque* adalah *pointing* dan *shooting*, teknik *pointing* yaitu mendekatkan bola besi kepada target yaitu bola kecil yang terbuat dari kayu. Sedangkan teknik *shooting* yaitu menjauhkan bola besi lawan sejauh-jauhnya bahkan sampai bola besi lawan keluar dari lapangan pertandingan.

Pemerograman atau pengembangan atlet-atlet di Indonesia sudah mulai gencar dilakukan di berbagai daerah. Di DKI Jakarta, pengembangan atlet *petanque* terpusat di Fakultas Ilmu Olahraga di Universitas Negeri Jakarta. Saat ini UNJ FIO *Petanque Club* sedang mempersiapkan atlet-atletnya untuk ajang PON XX Papua 2020 mendatang mewakili provinsi DKI Jakarta karena mayoritas atletnya

berdomisili di Jakarta. Hal ini juga ditunjang dengan mengikuti kejuaraan-kejuaraan terbuka untuk memperbanyak jam terbang mereka, sehingga atlet-atlet UNJ FIO *Petanque Club* dapat memperkuat mental mereka dan untuk mengukur sejauh mana kemampuan mereka telah berkembang.

Akan tetapi ternyata masih banyak dari atlet-atlet UNJ FIO *Petanque Club* yang kemampuan *shooting*-nya masih belum konsisten saat telah melakukan banyak pertandingan, banyak dari mereka yang melakukan lemparan *shooting* dengan baik hanya di awal pertandingan, hal ini mengurangi kestabilan lemparan *shooting* atlet-atlet UNJ FIO *Petanque Club*, padahal teknik *shooting* memiliki keunggulan yang lebih dibandingkan dengan teknik *pointing*, yaitu dapat mengatur strategi menyerang, karena apabila *shooting* kita tepat mengenai target dan berhasil *carreau* (diam di tempat) maka dapat menjadi poin untuk kita.

Berdasarkan pengamatan para pelatih di UNJ FIO *Petanque Club*, juga mengungkapkan kurangnya tingkat akurasi atlet-atlet UNJ FIO *Petanque Club* saat melakukan *shooting*, misalnya dengan kesempatan 50 bola atlet tersebut hanya sekitar 25-30 bola yang tepat mengenai target terutama pada jarak menengah atau jauh dalam hal ini jarak 8 meter. Hal ini juga diperkuat oleh fakta pengalaman pribadi yang menunjukkan pada saat bertanding atlet cenderung sering melakukan teknik *pointing* dari pada *shooting* dan mengakibatkan cenderung bertahan dan mudah di serang oleh lawan. Dari catatan pertandingan, rata-rata dari 20 kesempatan *shooting* atlet hanya mampu melakukan 8 kali *shooting* 4 berhasil, 4 gagal ,dan sisanya *pointing*. Perlu dilakukannya pemrograman latihan *shooting* agar atlet UNJ FIO *Petanque Club* lebih menguasai teknik *shooting*, dalam

pertandingan cabang olahraga ini, hasil *shooting* atlet Indonesia maupun atlet di dunia, sangat jarang 6 bola *shooting* itu selalu berhasil (jika main *double* atau *triple*), pasti ada 1 atau 2 bola yang gagal, dan mengakibatkan gagal mendapatkan poin maksimal bahkan bisa kecolongan poin. Maka apabila *shooting* kita tepat bisa memungkinkan bisa lebih mudah mendapatkan poin maksimal.

Namun dengan perkembangan *petanque* sekarang yang sangat kompetitif karena banyak atlet-atlet daerah lain, maka segalanya harus ditingkatkan oleh UNJ FIO *Petanque Club* salah satunya adalah meningkatkan keseimbangan tubuh atletnya. Keseimbangan merupakan parameter berhasil atau tidaknya lemparan di olahraga *petanque*. Dalam hal ini yang perlu di tingkatkan adalah keseimbangan dinamis atletnya, yaitu ketika bergerak melempar bola. Permainan olahraga *petanque* yang berdurasi paling sedikit sekitar 45 menit sampai tidak ada batasan waktu dalam satu pertandingan menuntut keseimbangan badan yang baik ketika bergerak melempar. Karena lemparan 1 bola sangat menentukan hasil dalam pertandingan baik tim atau individu. keseimbangan yang baik dapat menghindari dari kelelahan otot karena tidak terlalu memiliki banyak gerakan tambahan ketika melakukan *shooting* untuk menahan gaya gravitasi, sehingga akurasi dan konsentrasi ketika melempar *shooting* akan tetap terjaga dengan baik.

Oleh sebab itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan keseimbangan dinamis dengan tingkat ketepatan *shooting* pada olahraga *petanque*. Karena apabila atlet *petanque* memiliki *shooting* yang baik maka kemungkinan keberhasilan memenangkan pertandingan akan menjadi lebih besar. Berdasarkan penjelasan di atas maka peneliti tertarik mengambil judul “Hubungan

Keseimbangan Dinamis Dengan Ketepatan Lemparan *Shooting* Jarak 8 Meter Pada Atlet UNJ FIO *Petanque Club*”.

B. Identifikasi Masalah

1. Keseimbangan dinamis yang baik dapat mempengaruhi hasil lemparan *Shooting* olahraga *petanque*.
2. Terdapat hubungan Keseimbangan Dinamis dengan ketepatan lemparan *shooting* olahraga *petanque*.
3. Keseimbangan dinamis dapat menambah prestasi atlet UNJ FIO *Petanque Club*.
4. Lemparan *Shooting* lebih unggul dari pada lemparan *pointing* di olahraga *petanque*.
5. Atlet UNJ FIO *Petanque Club* cenderung melakukan *pointing* dari pada *shooting*.
6. Kurangnya Keseimbangan dinamis ketika *shooting* pada jarak menengah dan cenderung jauh.
7. Kurang konsistennya lemparan *shooting* atlet UNJ FIO *Petanque Club*.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas dan agar permasalahan tidak meluas, maka permasalahan hanya dibatasi pada keseimbangan dinamis dengan ketepatan lemparan *shooting* Jarak 8 Meter pada atlet UNJ FIO *Petanque Club*

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas maka dapat dirumuskan, Apakah terdapat hubungan Keseimbangan Dinamis dengan ketepatan lemparan *shooting* jarak 8 meter pada atlet UNJ FIO *Petanque Club*.

E. Kegunaan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan keseimbangan dinamis dengan ketepatan lemparan *shooting* jarak 8 meter pada atlet UNJ FIO *Petanque Club*.
2. Sebagai informasi teknik *shooting* lebih menguntungkan dibanding teknik *pointing* untuk mendapat poin dalam pertandingan *petanque*.
3. Dapat menjadi referensi atau panduan bagi mahasiswa lain untuk penelitian olahraga *petanque*.
4. Sebagai bahan masukan kepada pelatih *petanque* dalam meningkatkan keseimbangan tubuh atletnya agar hasil lemparannya optimal.
5. Hasil penelitian dapat memperluas wawasan pemikiran dan dijadikan acuan program latihan olahraga *petanque* khususnya dalam teknik *shooting*.