

**PERBANDINGAN LATIHAN MENGGUNAKAN BAN RADIAL
DAN PARALON PVC TERHADAP KEBERHASILAN
SHOOTING PETANQUE JARAK 6 METER**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

**AHMAD SUHANDI
1604620069**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI
KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JANUARI, 2024**

PERBANDINGAN LATIHAN MENGGUNAKAN BAN RADIAL DAN PARALON PVC TERHADAP KEBERHASILAN *SHOOTING PETANQUE* JARAK 6 METER

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, 1) peningkatan teknik *Shooting* melalui metode latihan penghalang ban radial, 2) peningkatan teknik *Shooting* melalui metode latihan penghalang paralon PVC, 3) perbedaan peningkatan teknik *Shooting* melalui metode latihan penghalang ban radial dengan penghalang paralon PVC. Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan penelitian menggunakan *two groups "pre-test dan post-test design*. Subyek penelitian ini adalah atlet *Petanque* pelajar SDN Rawamangun 09 sebanyak 30 diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan tes keterampilan teknik *Shooting* dengan jarak 6 meter menggunakan 1 bola target dan 10 kali lemparan untuk setiap atlet. Analisis data dilakukan dengan menggunakan "uji t" *dependent dan independet* dengan taraf signifikan 0,5. Hasil penelitian : 1) latihan menggunakan penghalang ban radial, diperoleh t hitung 1,5 lebih kecil dari t tabel 2,145, maka diartikan H₀ diterima dan H₁ ditolak, artinya tidak terdapat peningkatan yang signifikan, 2) latihan menggunakan penghalang paralon PVC, diperoleh t hitung 4,3 lebih besar dari t tabel 2,145, maka H₀ ditolak dan H₁ diterima, artinya terdapat peningkatan yang signifikan, 3) membandingkan hasil tes akhir dari kedua metode latihan tersebut diperoleh hasil, t hitung 2,4 lebih besar dari t tabel 2,048, artinya terdapat perbedaan antara metode latihan penghalang ban radial dengan menggunakan latihan penghalang paralon PVC. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan signifikan latihan penghalang ban radial dengan rata-rata 2,93 dan hasil latihan penghalang paralon PVC dengan rata rata 3,86.

Kata Kunci : *Ban Radial, Paralon PVC, Shooting Petanque*

**COMPARISON OF TRAINING USING RADIAL TIRES AND PARALON
PVC ON THE SUCCESS OF PETANQUE SHOOTING AT A DISTANCE OF
6 METERS**

ABSTRACT

This research aims to find out, 1) improving Shooting technique through the radial tire barrier training method, 2) improving Shooting technique through the PVC paralon barrier training method, 3) the difference in improving Shooting technique through the radial tire barrier training method and PVC paralon barrier. This research method uses an experimental method with research using a two groups "pre-test and post-test design." The subjects of this research were 30 Petanque athletes, students at SDN Rawamangun 09, taken using a purposive sampling technique. Data collection was carried out by conducting a Shooting technique skills test at a distance of 6 meters using 1 target ball and 10 throws for each athlete. Data analysis was carried out using the dependent and independent "t test" with a significance level of 0.5. Research results: 1) training using radial tire barriers, obtained t count of 1.5 smaller than t table 2.145, so it means that H₀ is accepted and H₁ is rejected, meaning there is no significant increase, 2) training using PVC paralon barriers, obtained t count 4.3 is greater than t table 2.145, then H₀ is rejected and H₁ is accepted, meaning there is a significant increase, 3) comparing the final test results of the two training methods, the results obtained are t count 2.4 greater than t table 2.048, meaning There is a difference between the radial tire barrier training method and using PVC paralon barrier training. So it can be concluded that there is a significant change in radial tire barrier training with an average of 2.93 and PVC paralon barrier training results with an average of 3.86.

Keywords : Ban Radial, Paralon PVC, Shooting Petanque.

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
------	--------------	---------

Pembimbing I

Dr. Yasep Setiakarnawijaya, SKM., M.Kes
NIP. 197409062001121002



24/1 - 2024

Pembimbing II

Uzizatun Maslikah, S.Pd., M.Pd
NIP. 198505042019032015



24/1 - 2024

	Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Drs. Bambang Sutiyono, M.Pd NIP. 196203201987031002	Ketua		25/1 2024
2.	Dr. Shela Ginanjar, M.Pd. NIP. 198804142022031003	Sekertaris		24/1 - 2024
3.	Dr. Yasep Setiakarnawijaya, SKM., M.Kes NIP. 197409062001121002	Anggota		24/1 - 2024
4.	Uzizatun Maslikah, S.Pd., M.Pd NIP. 198505042019032015	Anggota		24/1 - 2024
5.	Ferry Yohannes Wattimena, S.Pd., M.Pd NIP. 198202022010121003	Anggota		24/01/2024

Tanggal Lulus : 25 Januari 2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini di adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun diperguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta,
Yang membuat pernyataan,



Ahmad Suhandi
NIM.1604620069



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ahmad Suhandi
NIM : 1604620069
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan – Kepelatihan Cabang Olahraga
Alamat email : ahmadsuhandi709@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

“PERBANDINGAN LATIHAN MENGGUNAKAN BAN RADIAL DAN PARALON PVC TERHADAP KEBERHASILAN *SHOOTING PETANQUE* JARAK 6 METER.”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 26 Januari 2024

Penulis

(AHMAD SUHANDI)

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT. Yang telah memberikan berkat dan rahmatnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini berjudul “Perbandingan Latihan Menggunakan Ban Radial dengan Paralon PVC Terhadap Keberhasilan *Shooting Petanque* jarak 6 meter” disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga program studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta. Peneliti ini menyadari bahwa tanpa bantuan bimbingan dari berbagai pihak, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh sebab itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. **Hernawan, S.E., M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, **Bapak Ferry Yohannes Wattimena, S.Pd., M.Pd.** selaku koordinator Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga sekaligus penasihat akademik dan Bapak Dr. **Yasep Setiakarnawijaya, SKM.,M.Kes.** dan Ibu **Uzizatun Maslikah, S.Pd., M.Pd** selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan makalah ini, **SDN Rawamangun 09** yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, Ayah **Arif suhaimi**, Ibu **Toingah** dan keluarga saya **bang Rian, Ka Fuzi**, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, Saudara **Ahmad ZM** yang senantiasa menjadi kawan saat mengerjakan skripsi, berpetualang, dan bertukar pikiran, dan Teman-Teman saya **Amira, Dion, Nova Nur, Nitami, Novanto, Bang Rio, Isti, Fitri, Tisna, Ka Shofie, Gabriel, Alfa, Novi, Wahyu, Nabilla, Foggy, Shinta, Cahya, Malik, Qisti, Zidan, Asyifa, Fauzan, Dina, Hendri, UPC'20**, dan keluarga besar **FUPC**, yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan olahraga.

Jakarta, 7 Desember 2023
Ahmad Suhandi

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Kegunaan Hasil Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORETIK	8
A. Deskripsi Konseptual	8
1. Hakikat Latihan	8
2. Hakikat Teknik <i>Shooting</i>	25
3. Hakikat Penghalang Ban Radial	40
4. Hakikat Penghalang Paralon PVC	46
B. Kerangka Berfikir	52
C. Hipotesis Penelitian	55
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	56
A. Tujuan Penelitian	56
B. Tempat dan Waktu Penelitian	56
C. Metode Penelitian	57
D. Populasi dan Sampel	59
E. Instrumen Penelitian	62
F. Teknik Pengumpulan Data	63
G. Teknik Analisis Data	65
H. Hipotesis Penelitian	68
BAB IV HASIL PENELITIAN	69
A. Deskripsi Data	69
B. Pengujian Hipotesis	75
C. Pembahasan	76

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN	82

