

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Berdasarkan pengamatan langsung dilapangan FIK UNJ *Petanque* club pada hari selasa di siang hari, ketika atlet *Petanque* pelajar SDN Rawamangun 09 sedang melakukan latihan dan menjalani program latihan teknik *Shooting*, dari beberapa lemparan tersebut dapat diketahui beberapa kekurangan dalam melakukan lemparan, pada dasarnya pengertian teknik *Shooting* merupakan salah satu teknik dasar lemparan dalam olahraga *Petanque*, untuk mengusir *bosi* lawan dari boka target. Teknik ini diperlukan ketika *bosi* lawan dekat dengan boka (Sutrisna et al., 2018).

Didalam program latihan yang sedang dilakukan yaitu latihan teknik *Shooting* menggunakan media ban yang diletakkan didepan bola target dengan jarak 1 meter sebagai penghalang dari bola target tersebut, tujuan menggunakan media ban yaitu untuk mengasah keterampilan dibawah tekanan atau mengetahui situasi dilapangan, akan tetapi para atlet SDN Rawamangun 09 sering merasa kesulitan dalam melakukan program latihan tersebut terutama pada saat melakukan lemparan, karena pandangan ke bola target cukup terganggu oleh penghalang ban radial tersebut.

Seringkali atlet putra dan putri mengeluh merasa bosan dengan program latihan menggunakan penghalang ban radial dan merasa putus asa

ketika dalam melakukan lemparan sering kali tidak mengenai bola target, keluhan ini sangat berpengaruh pada saat menjalankan program latihan terutama pada saat pertandingan, akan memengaruhi psikologis dari pola pikir dan feeling ketika ingin melakukan lemparan mengenai bola target.

Dalam olahraga *Petanque* memerlukan kondisi fisik yang baik, dampak perubahan kondisi fisik dapat mempengaruhi pencapaian prestasi olahraga, khususnya pada cabang olahraga *Petanque*, salah satu teknik dasar *Petanque* yang memerlukan konsentrasi yang baik adalah teknik *Shooting*, *Shooting* pada *Petanque* melibatkan peran koordinasi mata – tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan yang baik, selain itu, dalam menghasilkan lemparan yang tepat dibutuhkan keseimbangan agar hasil lemparan tepat sesuai sasaran. (Nurfatoni & Hanief, 2020)

Melatih teknik *Shooting* atlet *Petanque* SDN Rawamangun menggunakan beberapa jarak yang ada dalam cabang olahraga *Petanque*, untuk melihat atlet tersebut lebih pada dominan di jarak berapa meter, umumnya jarak dalam teknik *Shooting* baik dalam latihan atau pun dalam pertandingan yaitu, mulai dari jarak 6, 7, 8, dan 9 meter, untuk melatihnya dengan menggunakan *Shootingkit* yang sudah terdapat ukuran jaraknya, lalu di letakkan 1 buah bola target di lingkaran yang sudah di sediakan, jarak pertama yaitu di mulai dari 6 meter lalu selanjutnya 7 meter dan seterusnya, dari latihan ini mendapatkan hasil bahwa atlet tersebut merasa kesulitan pada jarak 7, 8, dan 9 meter.

Melatih teknik *Shooting* menggunakan jarak 6, 7, 8, dan 9 meter

juga dapat membangun mental atlet *Petanque* SDN Rawamangun 09, karena selama ini atlet tersebut dalam mental pertandingan masih kurang sekali, apalagi ketika melihat lawan melakukan lemparan *Shooting* lalu tepat mengenai bola target, pada saat melakukan *Shooting*, kamu membutuhkan mental yang kuat untuk mempertahankan tingkat tembakan yang baik selama pertandingan atau kompetisi, psikologis sangat mempengaruhi saat melakukan *Shooting* dan tidak ada keraguan antara kamu mengenai bola atau tidak. (Septi Hariansyah, 2020)

Teknik *Shooting* dalam cabang olahraga *Petanque* terdapat 3 jenis lemparan, *Shot On The Iron* adalah jenis pukulan atau lemparan *bosi* kita harus memukul *bosi* pihak lawan dengan lurus tanpa menyentuh tanah, pukulan sempurna atau tepat dinamakan “*carreau*”, *Short Shot* adalah jenis pukulan atau lemparan pendek dimana *bosi* kita mendarat 20 atau 30 cm dari *bosi* lawan, *Ground shot* adalah jenis pukulan atau lemparan mendarat dimana atlet melempar *bosi* dengan sangat kuat dan menjatuh bola 3 – 4 meter dari *bosi* lawan, namun dari ketiga teknik di atas yang kurang dikuasai oleh atlet *Petanque* SDN Rawamangun 09 yaitu teknik *Shooting Shot On The Iron*.

Didalam melakukan *Shooting*, terdapat komponen – komponen yang mempengaruhi *Shooting* yaitu, pegangan bola, posisi badan mengarah target, keseimbangan statis tungkai, posisi badan yang rendah dan condong ke depan, *release the ball*, *follow through*, keseimbangan saat melempar sangat mempengaruhi akurasi seorang atlet *Petanque* tentunya ini

berhubungan erat dengan teori daya keseimbangan yaitu suatu kemampuan tubuh yang dimiliki manusia dalam berbagai kadar dan dapat ditingkatkan melalui latihan – latihan. (Isyani & Primayanti, 2019, p. 78)

Teknik dasar *Shooting* yang sudah dikuasai oleh atlet *Petanque* SDN Rawamangun 09 yaitu teknik *Shooting* atau lemparan *Short Shot*, karena pada saat melakukan lemparan atau teknik *Shooting* tidak memerlukan banyak tenaga yang dikeluarkan sehingga lebih mendapatkan feeling yang kuat, dan teknik ini biasa digunakan pada jarak 6, 7, dan 8 meter, namun kekurangan dalam teknik *Short Shot* jika tidak mengontrol tenaga sebelum melakukan lemparan, maka lemparan tersebut akan melewati bola target.

Melatih teknik *Shooting* menggunakan ban radial adalah program yang biasa dijalani sehari hari untuk melatih teknik *Shooting*, bagi pemula ataupun yang sudah mahir, ban radial ini berguna sebagai penghalang didepan 3 buah bola target *Shooting* dengan jarak 1 meter tersebut dari 3 buah bola target dan dengan jarak 6 meter dari circle atau tempat melempar.

Melatih teknik *Shooting* menggunakan media paralon PVC adalah bentuk program latihan inovasi dari program yang biasa dijalani seperti menggunakan media ban radial sebagai penghalang atau rintangan dalam melatih teknik *Shooting*, inovasi menggunakan media paralon PVC yaitu untuk dijadikan sebagai penelitian, melihat peningkatan terhadap teknik *Shooting* dan mendapatkan perbandingan, apakah lebih efektif atau lebih memudahkan menggunakan media ban atau media paralon.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat di identifikasikan masalah sebagai berikut :

1. Masih ditemukan anak – anak usia 10 – 12 tahun kesulitan pandangan saat melakukan lemparan *Shooting*.
2. Banyak anak – anak mengeluh dalam menjalankan program latihan teknik *Shooting*.
3. Terdapat dampak perubahan kondisi fisik pada anak - anak.
4. Kesulitan pada jarak *Shooting*.
5. Kurangnya mental dalam bertanding.
6. Teknik – teknik *Shooting* yang belum dikuasai.
7. Komponen – komponen yang mempengaruhi *Shooting*.
8. Kekurangan teknik *Short Shot*.
9. Metode latihan yang biasa digunakan Ban Radial.
10. Metode latihan inovasi Paralon PVC.

### C. Pembatasan Masalah

1. Metode latihan peningkatan keberhasilan teknik Shooting Petanque.
2. Metode latihan peningkatan keberhasilan teknik Shooting Petanque yang biasa digunakan dengan penghalang ban radial.
3. Metode latihan inovasi terhadap peningkatan keberhasilan teknik Shooting Petanque antara perlakuan penghalang ban radial dan penghalang paralon PVC.

### D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah latihan menggunakan penghalang ban radial dapat meningkatkan keberhasilan teknik *Shooting*?
2. Apakah latihan menggunakan penghalang paralon PVC dapat meningkatkan keberhasilan teknik *Shooting*?
3. Apakah terdapat perbedaan tingkat keberhasilan teknik *Shooting Petanque* antara latihan penghalang ban radial dengan penghalang paralon PVC?

## E. Kegunaan Hasil Penelitian

Secara teoritis :

1. Variasi latihan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk meningkatkan hasil keberhasilan *Shooting* dalam permainan olahraga *Petanque*
2. Hasil penelitian dari variasi latihan *Shooting* ini diharapkan dapat memberikan dampak terhadap keberhasilan lemparan *Shooting* dalam mengenai bola target
3. Kajian penelitian ini diharapkan membawa dampak ke psikologis atlet untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam melakukan lemparan *Shooting*

Secara Praktis :

1. Untuk mengetahui perbandingan latihan menggunakan ban radial dengan paralon PVC terhadap keberhasilan teknik *Shooting* jarak 6 meter.
2. Sebagai bahan referensi atau panduan bagi atlet pelajar SDN Rawamangun 09 dan yang berminat dalam cabang olahraga *Petanque*.
3. Sebagai sumbangan ilmiah bagi dunia olahraga dan untuk perkembangan *Petanque*.