

**MODEL LATIHAN *SHOOTING* PETANQUE BERBASIS
PERMAINAN ATLET USIA 16-19 TAHUN**



**TATANG ISKANDAR
9904920019**

Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Mendapatkan Gelar Doktor

Intelligentia - Dignitas

**PROGRAM STUDI DOKTORAL PENDIDIKAN JASMANI
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2025

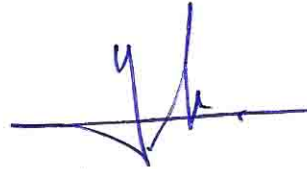
**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TERBUKA
DISERTASI/PROMOSI DOKTOR**

Promotor



Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or.
Tanggal :

Co. Promotor



Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.
Tanggal :

Nama

Tanda Tangan

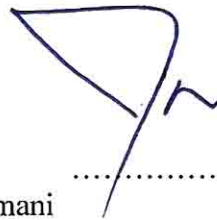
Tanggal

Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus.
Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
(Ketua)¹



.....

Prof. Dr. Samsudin, M.Pd.
Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani
(Sekretaris)²









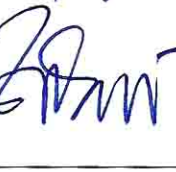
.....

Nama : Tatang Iskandar
No. Registrasi : 9904920019
Angkatan : 2020
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Lulus : 20 Januari 2025

¹ Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

² Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta

PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN UJIAN TERTUTUP

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S.M.Bus. (Ketua)		
2	Prof. Dr. Samsudin, M.Pd. (Sekretaris/Koordinator Program Studi)		
3	Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or. (Promotor)		
4	Dr. Iwan Setiawan, M.Pd (Co-Promotor)		
5	Dr. Hidayat Humaid, M.Pd. (Penguji)		
6	Dr. Yasep Setiakarna Wijaya, M.Kes. (Penguji)		
7	Dr. Drs. Bujang, M.Si (Penguji Luar)		
<p>Nama : Tatang Iskandar No. Registrasi : 9904920019 Program Studi : Pendidikan Jasmani Angkatan : 2020</p>			

MODEL LATIHAN *SHOOTING* PETANQUE BERBASIS PERMAINAN ATLET USIA 16-19 TAHUN

TATANG ISKANDAR

TatangIskandar_9904920019@mhs.unj.ac.id

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah membuat model latihan *Shooting* petanque berbasis permainan untuk atlet usia 16-19 tahun. Penelitian ini juga dilakukan untuk mengetahui hasil penerapan model latihan *Shooting* petanque melalui uji efektivitas pada atlet usia 16-19 tahun. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan metode *Research and Development (R& D)* dari Borg & Gall dengan menggunakan sepuluh langkah. Subjek penelitian pada saat uji coba kelompok kecil sebanyak 10 orang dan pada saat ujicoba kelompok besar sebanyak 36 orang, sedangkan jumlah subjek pada saat uji efektivitas sebanyak 28 orang. Untuk melakukan uji efektivitas menggunakan instrumen tes *Shooting games*. Hasil penelitian ini adalah: 1). Menghasilkan model latihan *Shooting* petanque berbasis permainan untuk atlet usia 16-19 tahun; 2). Terdapat hasil validasi ahli yang menyatakan 27 model latihan *Shooting* Petanque berbasis permainan untuk usia 16-19 tahun layak diterapkan; 3). model latihan yang dibuat terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan atlet petanque. Terdapat peningkatan yang signifikan dalam *Shooting* setelah menerapkan model latihan ini.

Kata Kunci: *Model Latihan, Shooting Petanque, Permainan.*

Intelligentia - Dignitas

GAME-BASED PETANQUE *SHOOTING* TRAINING MODEL ATHLETES AGED 16-19 YEARS

TATANG ISKANDAR

TatangIskandar_9904920019@mhs.unj.ac.id

ABSTRACT

The purpose of this study is to create a game-based *Shooting* petanque training model for athletes aged 16-19 years. This study was also conducted to determine the results of the application of the petanque *Shooting* training model through an effectiveness test in athletes aged 16-19 years. This research and development uses the Research and Development (R&D) method of Borg & Gall using ten steps. The research subjects at the time of the small group trial were 10 people and at the time of the large group trial were 36 people, while the number of subjects at the time of the effectiveness test was 28 people. To conduct an effectiveness test using *Shooting* games test instruments. The results of this study are: 1). Producing a game-based *Shooting* petanque training model for athletes aged 16-19 years; 2). There are expert validation results that state that 27 game-based Petanque *Shooting* training models for 16-19 years old are feasible to apply; 3). The training model made has proven to be effective in improving the ability of petanque athletes. There was a significant improvement in *Shooting* after applying this training model.

Keywords: *Model Training, Petanque Shooting, Games*

Intelligentia - Dignitas

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tatang Iskandar
NIM : 9904920019
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2020/2021
Semester : 121 (Ganjil) Tahun Akademik 2024/2025

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan ujian terbuka dan perbaikan ujian tertutup untuk pemberkasan yudisium dan wisuda adalah benar tanda tangan dan sudah mendapatkan persetujuan oleh komisi penguji. Apabila saya melanggar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, Januari 2025
Yang membuat pernyataan,



Tatang Iskandar

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tatang Iskandar
NIM : 9904920019
Tempat/Tanggal Lahir : Cirebon, 19 Juni 1984
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2020/2021

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul penelitian “**Model Latihan Shooting Petanque Berbasis Permainan Atlet Usia 16-19 Tahun**” merupakan karya saya sendiri tidak mengandung unsur *plagiat* dan sumber baik yang dikutip langsung maupun tidak langsung yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sehat tanpa unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Januari 2025



Tatang Iskandar



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 : Tatang Iskandar
NIM : 9904920019
Fakultas/Prodi : S3 / pendidikan jasmani
Alamat email : papap@azuk@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 :
Model latihan shooting Petanque Berbasis
Permainan Atlet Usia 16-19 tahun.

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 12 Februari 2025

Penulis

(Tatang Iskandar)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat, karunia, taufik, dan hidayah-Nya, disertasi yang berjudul “Model Latihan *Shooting* Petanque Berbasis Permainan Atlet Usia 16-19 Tahun” ini dapat terselesaikan. Disertasi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan meraih gelar Doktor Pendidikan Jasmani di Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Dalam perjalanan menyusun disertasi ini, saya menyadari betapa besarnya dukungan, bimbingan, dan perhatian yang diberikan oleh berbagai pihak. Tanpa kontribusi mereka, disertasi ini tentu tidak akan selesai dengan baik. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, saya menyampaikan terima kasih yang tulus dan mendalam kepada:

1. Prof. Dr. Komarudin, M.Si., selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan kepada saya untuk menyelesaikan disertasi ini. Dukungan dan kebijakan beliau adalah pondasi yang memungkinkan perjalanan akademik ini berjalan dengan lancar.
2. Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M. Bus., selaku Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan izin dan kemudahan bagi saya untuk melaksanakan penelitian ini. Saya sangat menghargai kepercayaan beliau terhadap proses ini.
3. Bapak Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, atas segala arahan, saran, dan semangat yang beliau berikan sepanjang proses penulisan disertasi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or, selaku Promotor, yang dengan penuh kesabaran dan ketulusan membimbing saya melewati setiap tahap dalam penyusunan disertasi ini. Dukungan, wawasan, dan motivasi beliau adalah pendorong utama yang membuat saya mampu menyelesaikan penelitian ini.
5. Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd., selaku Co-Promotor, yang telah memberikan masukan-masukan berharga dengan penuh perhatian dan kebijaksanaan. Nasihat-nasihat beliau tidak hanya memperkaya isi disertasi ini, tetapi juga membentuk cara pandang saya sebagai seorang akademisi.
6. Bapak Prof. Samsudin, M.Pd, Bapak Dr. Hidayat Humaid, M.Pd, Bapak Dr.

Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes, Bapak Dr. Drs. Bujang, M.Si dan Bapak Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan arahan, saran dan masukan dalam penyusunan Disertasi ini

7. Seluruh Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, yang dengan tulus membagikan ilmu dan pengalaman mereka selama masa perkuliahan. Pelajaran dan bimbingan dari mereka menjadi fondasi ilmu yang kokoh bagi saya.
8. Rekan-rekan mahasiswa Doktor Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2020, yang selalu memberikan motivasi, dukungan, dan ide-ide segar sepanjang proses penulisan disertasi ini. Kebersamaan dengan mereka menjadi sumber inspirasi yang tak ternilai.

Tidak lupa, rasa terima kasih yang tak terhingga saya haturkan kepada keluarga tercinta. Doa mereka adalah kekuatan terbesar saya, cinta mereka adalah semangat saya, dan kepercayaan mereka adalah dorongan yang membuat saya terus melangkah, bahkan ketika jalan terasa sulit.

Saya menyadari sepenuhnya bahwa disertasi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, dengan hati terbuka, saya sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca dan semua pihak untuk penyempurnaan karya ini.

Akhirnya, saya berharap disertasi ini dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya bagi pembaca, dunia pendidikan, dan pengembangan olahraga nasional, khususnya cabang olahraga petanque. Semoga upaya kecil ini menjadi bagian dari kontribusi yang lebih besar bagi bangsa dan negara.

Jakarta, Februari 2025

Intelligentia - Dignitas
Penulis,

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	v
LEMBAR PERNYATAAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	8
C. Rumusan Masalah	8
D. Kegunaan Penelitian	8
E. <i>State of The Art</i> Penelitian	9
F. <i>Road Map</i> Penelitian	12
G. Keterbaruan Penelitian	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	14
A. Konsep Pengembangan Model	14
1. Model Pengembangan Borg and Gall.....	15
2. Model Dick dan Carey	19
3. Model ADDIE.....	23
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	25
C. Kerangka Teoritik.....	27
1. Model Latihan.....	27
2. Latihan 30	30
3. Prinsip Latihan.....	31
4. Latihan Keterampilan Gerak.....	36
5. Tahapan Keterampilan Gerak.....	43
6. Klasifikasi Keterampilan Motorik	49
7. Olahraga Petanque	50
8. Permainan (Games).....	67
9. Karakteristik Atlet Usia 16-19 Tahun	73
10. Analisis Anatomi Biomekanika Shooting Petanque.....	77
D. Rancangan Model TRIK	79
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	81
A. Tujuan Penelitian.....	81
B. Tempat dan Waktu Penelitian	81
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan.....	82
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	82
E. Langkah-langkah Model Latihan <i>Shooting</i>	84
F. Jenis Data	88
G. Instrumen Pengumpulan Data	88

H. Teknik Analisis Data	91
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	95
A. Hasil Penelitian.....	95
B. Pembahasan	115
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	118
A. Kesimpulan.....	118
B. Implikasi	119
C. Saran	119
DAFTAR PUSTAKA	120
RIWAYAT PENULIS	217



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 1. State of The Art Penelitian	10
Tabel 2. Jenis dan Jumlah Pemain pada Pointing Game	54
Tabel 4. Penghitungan poin <i>Shooting games</i>	90
Tabel 5. Analisis Persentase	91
Tabel 6. Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model	92
Tabel 7. Pembagian <i>Score Gain</i>	93
Tabel 8. Kategori Tafsiran Efektifitas <i>N-Gain</i>	93
Tabel 9. Data Hasil Eksplorasi Temuan	95
Tabel 10. Konsep Draft Awal	100
Tabel 11. Hasil Uji Validasi Desain Produk	103
Tabel 12. Hasil Validasi Desain Dari Para Ahli	105
Tabel 13. Hasil Rekapitulasi Ahli Pada Setiap Indikator Variasi Model	107
Tabel 14. Hasil Keterlaksanaan Ujicoba Kelompok Kecil	108
Tabel 15. Rekapitulasi Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	108
Tabel 16. Hasil Keterlaksanaan Ujicoba Kelompok Besar	109
Tabel 17. Rekapitulasi Data Hasil Uji Coba Kelompok Besar	110
Tabel 18. Hasil Deskriptif data Pre dan Post Test	111
Tabel 19. Uji Normalitas Data	112
Tabel 20. Uji Paired Samples Test	112
Tabel 21. Uji Homogenitas Data	113
Tabel 22. Uji Independent Samples Test	113
Tabel 23. Data Grup Statistik	113
Tabel 24. Data Descriptive N-Gain Score	114
Tabel 25. Hasil Perhitungan Uji N-Gain Score	115

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Visualisasi Keterhubungan Variabel	9
Gambar 2. Road Map Penelitian	12
Gambar 3. Desain Penelitian Model Borg & Gall	16
Gambar 4 . Langkah-Langkah Model Desain Dick dan Carey	19
Gambar 5. Model ADDIE	24
Gambar 6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Belajar Keterampilan Gerak	38
Gambar 7. Tiga Tahapan Keterampilan Gerak Model Fitts dan Posner	44
Gambar 8. <i>Pétanqu Boules</i>	52
Gambar 9. Bola Kayu (Boka) atau <i>Chochonnet</i>	53
Gambar 10. Circle	53
Gambar 11. <i>Petanque Court</i>	54
Gambar 12. Ilustrasi Nomor <i>Pointing</i>	56
Gambar 13. Formasi Rintangan Nomor <i>Shooting Game</i>	56
Gambar 14. <i>Scoring on Shooting Game</i>	57
Gambar 15. Lemparan Shot on the iron	57
Gambar 16. Short Shot	58
Gambar 17. Lemparan Ground Shot	58
Gambar 18. Teknik Memegang Bola	59
Gambar 19. Ayunan Lengan Pada Saat Melempar Bola	60
Gambar 20. Teknik Wirst (pergelangan tangan)	60
Gambar 21. Posisi Kaki Dalam Lingkaran	61
Gambar 22. Pandangan Mata	61
Gambar 23. Swing and Trajectory	62
Gambar 24. Release dan Follow Trough	63
Gambar 25. <i>Trainability</i>	77
Gambar 26. Desain Model Latihan <i>Shooting Petanque</i>	80
Gambar 27. <i>Pretest-Postest Control Group Design</i>	87
Gambar 28. Bentuk dan Ukuran Lapangan Tes <i>Shooting Game</i>	90
Gambar 29. Rumus Uji-t (Sugiyono, 2016)	92
Gambar 30. Rumus <i>N-Gain Score</i> (Delipinar & Kocaoglu, 2016)	93
Gambar 31 Menembak Ban (<i>Shooting tires</i>)	180
Gambar 32. Satu Peluru Menembak Ban (<i>One Bullet Shoots The Tire</i>)	181
Gambar 33. Menembak Ban dan bosu (<i>Shooting Tires And Boules</i>)	182
Gambar 34. BOOM	183
Gambar 35. Baku Tembak (<i>Gunfight</i>)	184
Gambar 36. Tembakan penentu (<i>Decisive Shot</i>)	185
Gambar 37. Roket	186
Gambar 38. Roket Penentu (<i>The deciding rocket</i>)	187
Gambar 39. Tembakan Berpola Zig-Zag (<i>Zig-Zag Pattern Shots</i>)	188
Gambar 40. Tembakan Bola Berliku (<i>Curved Ball Shot</i>)	189

Gambar 41. Roket Meliuk (<i>The Rocket Curves</i>)	190
Gambar 42. Roket Bermanuver Tunggal (<i>Single Maneuverable Rocket</i>)	191
Gambar 43. Serangan Balistik (<i>Ballistic Attack</i>)	192
Gambar 44. Serangan Presisi Rudal (<i>Missile Precision Strike</i>)	193
Gambar 45. <i>Drone Shot</i>	194
Gambar 46. <i>Sniper Shot</i>	195
Gambar 47. Bidikan Mematikan (<i>Deadly Shot</i>)	196
Gambar 48. Titik Bidik (<i>Aim Point</i>)	197
Gambar 49. Operasi Satu Tembakan (<i>One Shot Operation</i>)	198
Gambar 50. Hantaman Misi (<i>Missile Hit</i>)	199
Gambar 51. <i>Billiard 8 Ball Pool</i>	200
Gambar 52. <i>Billiard 9 Ball</i>	201
Gambar 53. <i>Gladiator</i>	202
Gambar 54. <i>Carraue game</i>	203
Gambar 55. <i>Goal Setting game</i>	204
Gambar 56. <i>Smart Goal Challenge</i>	205
Gambar 57. <i>Obstacle/Rintangan</i>	206



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Panduan Wawancara Pelatih	129
Lampiran 2 Hasil Wawancara Pelatih	130
Lampiran 3 Instrumen Analisis Kebutuhan untuk Atlet.....	131
Lampiran 4 Hasil Analisis Kebutuhan Siswa	134
Lampiran 5 Kisi-Kisi Instrumen Evaluasi Ahli Materi	135
Lampiran 6 Kuesioner Ahli Materi	138
Lampiran 7 Hasil Evaluasi Ahli Petanque.....	147
Lampiran 8 Surat Keterangan Verifikasi Ahli Petanque 1	149
Lampiran 9 Surat Keterangan Verifikasi Ahli Petanque 2	151
Lampiran 10 Hasil Evaluasi Ahli Kepelatihan	153
Lampiran 11 Surat Keterangan Verifikasi Ahli Kepelatihan	155
Lampiran 12 Hasil Evaluasi Ahli Materi Permainan.....	157
Lampiran 13 Surat Keterangan Verifikasi Ahli Permainan.....	159
Lampiran 14 Kisi-Kisi Instrumen Evaluasi Ahli Media.....	161
Lampiran 15 Angket Evaluasi Ahli Materi Media	162
Lampiran 16 Hasil Evaluasi Ahli Materi Media	167
Lampiran 17 Surat Keterangan Verifikasi Ahli Media	168
Lampiran 18 Kisi-Kisi Kuesioner Uji Coba Subjek Penelitian.....	170
Lampiran 19 Instrumen Uji Coba Subjek Penelitian.....	173
Lampiran 20 Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Kecil.....	174
Lampiran 21 Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Besar	176
Lampiran 22 Model Latihan <i>Shooting</i> Petanque Berbasis Permainan	180
Lampiran 23 Program Latihan.....	207
Lampiran 24 Hasil Uji Efektivitas.....	213
Lampiran 25 Dokumentasi Penelitian	216

Intelligentia - Dignitas