BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga rohani. Fungsi aktivitas yang satu ini adalah untuk menyehatkan badan dan memastikan organ tubuh kita senantiasa bekerja optimal. Olahraga juga sudah menjadi kebutuhan bagi setiap manusia, karena masyarakat semakin menyadari bahwa olahraga sangat berguna untuk meningkatkan produktivitas kerja. Dengan demikian banyak masyarakat yang memanfaatkan tempat dan waktu luangnya untuk melakukan kegiatan olahraga dan bahkan sudah ada yang melakukan olahraga dengan program yang sudah dibuat oleh instruktornya.

Dalam melaksanakan olahraga manusia mempunyai tujuan yang berbeda, hal ini karena masing-masing manusia melakukan olahraga sesuai dengan tujuan yang diinginkannya. Bahwa ada empat dasar yang menjadi tujuan orang melakukan kegiatan olahraga menurut sajoto (1988:17) antara lain :

1. Mereka melakukan kegiatan olahraga untuk rekreasi
2. Mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan
3. Mereka melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani
4. Mereka melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai prestasi sebagai sasaran terakhir

Salah satu jenis olahraga baru yang mulai populer di Indonesia adalah olahraga *Petanque*. Meski tergolong olahraga baru di Indonesia, olahraga

Petanque sebenarnya termasuk olahraga yang sudah punya nama di dunia, negara-negara yang kuat dan konsisten mengembangkan olahraga *petanque* adalah negara-negara yang pernah dijajah oleh Prancis, negara yang memang melahirkan cabang olahraga tersebut.

Petanque merupakan olahraga baru di Indonesia yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari besi dengan kata lain bos (bola besi). Induk organisasi *petanque* di Federasi Olahraga Petanque Indonesia (FOPI) didirikan pada tahun 2011 menjelang kejuaraan SEA GAMES XXVI. Indonesia menjadi tuan rumah pada *event* tersebut. Permainan olahraga *petanque* pada hakikatnya yaitu membuat poin sebanyak 13 dan mencegah lawan mencapai angka tersebut.

Karakter olahraga *petanque* yakni cenderung membutuhkan akurasi dan konsentrasi saat memainkan olahraga ini, olahraga *petanque* bisa dimainkan siapa saja, dari anak-anak sampai orang dewasa. Ada beberapa nomor yang dipertandingkan pada cabang olahraga *petanque* seperti: *triple* putra putri, *double* putra putri, *single* putra putri, dan *shooting* putra putri. Ada 2 jenis lemparan dalam olahraga *petanque* yaitu *pointing* dan *shooting*.

Pointing adalah jenis lemparan untuk mendekati boka target lebih dekat dari bos lawan yang merupakan awal dari strategi permainan yang akan dilakukan pada pertandingan olahraga *petanque*. *Pointing* pada pertandingan *petanque* merupakan strategi untuk bertahan. Biasanya atlet pemula yang sering melakukan strategi ini.

Shooting adalah jenis lemparan untuk menyingkir bos lawan dari boka target. *shooting* merupakan bagian terpenting pada permainan *petanque*. Apabila

dalam 1 tim kemampuan *shooting* atlet lemah atau tidak konsisten, maka tim tersebut akan kesulitan dalam menyerang bola lawan.

Nomor pertandingan *shooting* dilakukan pada jarak enam meter, tujuh meter, delapan meter, dan sembilan meter dengan poin didapat 0 poin, 1 poin, 3 poin, 5 poin tiap *shooting* yang berhasil.

Berdasarkan pengamatan penulis yang dilakukan selama ini, terlihat bahwa *shooting* di Indonesia khususnya atlet Batanghari kurang konsisten saat melakukan *shooting game* baik di *event* regional maupun nasional. Dengan ketidak konsisten saat melakukan *shooting* karena kurangnya variasi latihan sehingga tidak mendapatkan hasil yang maksimal. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti ingin memberikan suatu metode latihan menggunakan penghalang. Dengan harapan akan dapat dijadikan sebagai tambahan variasi latihan *shooting* olahraga *petanque*.

Dengan banyaknya program-program latihan yang dilakukan atlet pasti memiliki variasi latihan untuk afektivitas dalam melakukan peningkatan kualitas atlet, salah satunya adalah variasi latihan *shooting game* menggunakan penghalang. *Shooting game* menggunakan penghalang untuk melatih akurasi dan ketepatan *shooting* dalam olahraga *petanque*. *Shooting game* menggunakan penghalang terbuat dari rakitan paralon untuk variasi latihan olahraga *petanque*. Penghalang tersebut dengan lebar lebih kurang lebar 1 meter dengan tinggi lebih kurang 1,30 meter. Jarak penghalang dengan target lebih kurang 1,30 meter.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik ingin melakukan penelitian tentang “ Pengaruh metode latihan *shooting* menggunakan penghalang terhadap peningkatan hasil *shooting game* atlet *petanque* Batanghari “.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang teruraikan maka teridentifikasi masalahnya sebagai berikut :

1. Banyaknya atlet yang merasa bosan dengan sedikitnya variasi latihan olahraga *petanque* Batanghari
2. Kurangnya kreatifitas dan inovasi variasi latihan *shooting* olahraga *petanque* Batanghari
3. Kurangnya variasi media latihan untuk meningkatkan hasil *shooting game* atlet *petanque* Batanghari
4. Hasil *shooting game* yang sangat rendah

1.3 Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah kemungkinan akan timbul permasalahan yang luas, untuk itu diadakan pembatasan masalah. Mengingat perlunya pembahasan yang mendalam, maka penelitian ini dibatasi pada “ latihan *shooting* menggunakan penghalang untuk mengukur hasil *shooting game* olahraga *petanque*”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “ Apakah ada pengaruh metode latihan *shooting* menggunakan penghalang terhadap peningkatan hasil *shooting game* atlet Batanghari “.

1.5 Definisi Operasional

Untuk tidak terjadinya salah pengertian mengenai istilah-istilah pada variabel yang terkandung dalam judul, maka penulis perlu menjelaskan istilah-

istilah yang berhubungan dengan penelitian. Adapun penjelasan istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut:

a. Latihan menggunakan Penghalang

Variasi latihan menggunakan penghalang merupakan salah satu metode latihan *shooting* dalam olahraga petanque yaitu latihan *shooting* dengan menggunakan media penghalang berupa rakitan paralon dengan tinggi 1 meter dengan lebar 1 meter yang diletakkan dengan jarak 1 m – 1,20 m di depan bola target. Variasi latihan ini penulis mengadopsi dari suatu permainan lempar lembing/turbo “*javelin throwing for kids*” dimana pada permainan tersebut dilakukan dengan cara melempar lembing/turbo ke arah sasaran dengan jarak 5 meter, 6 meter, 7 meter, 8 meter dan harus melewati penghalang dengan ketinggian 1,4 meter dengan jarak 3 meter dari sasaran.

Pada variasi latihan ini atlet dilatih untuk melemparkan bola ke arah target melewati bagian atas tiang yang ada di depan bola target (Michael. Petanque New Zealand). tujuannya agar mendapatkan hasil *shooting* yang maksimal (*boule to boule*). Metode latihan ini sering digunakan oleh beberapa pelatih di Indonesia maupun beberapa pelatih di Negara lain untuk memprogram latihan atletnya. Sampai sekarang penulis belum menemukan penelitian tentang perbedaan latihan *shooting* menggunakan media penghalang untuk meningkatkan kemampuan *shooting game* atlet petanque.

b. Hasil *Shooting Game*

Tembakan *shooting* utama disebut ‘*carreau*’ dimana subjek menembak bosi posisi pada penuh sehingga bola target dihapus dan bola

shooter dan mengambil tempatnya dan dengan mempertahankan titik atau masih berada didekat posisi awal mula target.

Dalam melakukan *shooting*, ada beberapa sesi yaitu ada 5 sesi. Dalam semua sesi dapat melakukan *shooting* 4 kali dalam satu sesi dengan jarak 6 m, 7 m, 8 m, 9 m. Dengan perolehan poin yang didapat yaitu ketika mengenai bosi target (*boule to boule*) maka mendapatkan 5 poin, jika mengenai target nya mencar keluar dari lingkaran maka poin yang didapat 3 poin, ketika mengenai target hanya cuma menyenggol mendapatkan 1 poin, dan tidak mengenai target tidak dapat poin sama sekali atau 0 poin. Jika station pertama selesai maka dijumlahkan sebelum melanjutkan station kedua. Ketika sudah melakukan *shooting* dengan semua sesi maka dijumlahkan total skor semua sesi.

1.6 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menguji latihan menggunakan penghalang untuk mengetahui hasil *shooting game* atlet olahraga *petanque* Batanghari.

1.7 Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini, adapun manfaat yang diharapkan dapat diambil adalah sebagai berikut :

1. Secara teoritis, metode latihan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk meningkatkan hasil *shooting* dalam permainan *petanque*.
2. Secara praktis, dengan adanya penelitian ini, semoga bisa menjadi acuan pada program latihan *shooting* untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

3. Bagi atlet untuk meningkatkan prestasi, terkhusus di nomor *shooting game* olahraga *petanque*.
4. Bagi mahasiswa untuk bisa menambahkan literatur tentang pembahasan olahraga *petanque*.
5. Bagi pelatih untuk bisa menambah variasi latihan *shooting game* menggunakan penghalang untuk peningkatan hasil *shooting*.