

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. (Setiawan & Herdinata, 2021)

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 antara lain: Mereka melakukan kegiatan olahraga untuk rekreasi, Mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan, Mereka melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani, Mereka melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai prestasi sebagai sasaran terakhir. (Pranata et al., 2023)

Petanque merupakan olahraga baru di Indonesia yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari besi dengan kata lain bosi (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 (bola kayu) target lebih dekat dari bosi 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, teknik *pointing* merupakan teknik yang dilakukan untuk mendekatkan bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu. Pada teknik *pointing* ini dapat dilakukan dengan posisi berdiri ataupun jongkok. Kebanyakan dari atlet sendiri lebih sering menggunakan teknik *pointing* dengan posisi jongkok. (Kustiawan & Satria Perkasa, 2020)

Teknik *pointing* posisi berdiri hanya digunakan oleh atlet-atlet pemula atau digunakan pada jarak lemparan yang jauh seperti jarak 9 m dan 10 m. Olahraga *petanque* merupakan olahraga yang menuntut teknik yang optimal untuk menghasilkan permainan yang baik, serta diperlukannya mental dan kondisi fisik yang baik. Berdasarkan mekanika dalam olahraga *petanque* memiliki tujuan untuk mencapai ketepatan yang maksimal. Lemparan dalam olahraga *petanque*

mengaplikasikan gerakan yang parabola, dimana faktor seperti konsistensi tenaga ketika melempar dan sudut lemparan menjadi acuan untuk mencapai jarak horizontal.

Berdasarkan hasil observasi, club petanque MTS Negeri 7 Batanghari beranggotakan 15 orang, dalam pelaksanaan *pointing*, bosi yang di belum dapat mendekati bosi lawan, pada saat melakukan gerakan posisi yang di gunakan menggunakan posisi jongkok tetapi gerakan dilakukan membutuhkan keterampilan yang baik agar hasil *pointing* memperoleh hasil yang baik juga, selain kemampuan melakukan lemparan *pointing* keseimbangan juga dibutuhkan, jadi unsure unsure dalam melakukan *pointing* belum di miliki oleh anggota club petanque MTS Negeri 7 Batanghari secara menyeluruh, kemudian hasil keterangan pelatih tersebut bahwa di Club Petanque MTS Negeri 7 Batanghari masih terlihat beberapa atlet belum maksimal saat melakukan *pointing*, dan kurangnya variasi latihan sehingga tidak mendapatkan hasil *pointing* yang maksimal. Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti ingin memberikan suatu variasi latihan guna meningkatkan hasil *pointing* atlet dengan latihan *drill* berjarak.

Pointing adalah jenis lemparan untuk mendekati bola kayu target lebih dekat dari bola besi lawan Pelana dkk (2020: 15). Teknik *pointing* pada permainan olahraga *petanque* merupakan strategi untuk bertahan (Lubis & Permadi, 2021). Biasanya orang-orang yang baru mengenal olahraga ini yang sering melakukan strategi ini. Tetapi dalam melakukan teknik *pointing* ini tidak mudah karena mengingat teknik ini adalah strategi untuk bertahan maka dari itu untuk melakukannya juga harus baik dan benar yaitu terarah pada boka yang di

targetkan dan perlu adanya latihan yang ekstra.

Dengan banyaknya program-program latihan yang dilakukan atlet pasti memiliki variasi latihan untuk afektivitas dalam melakukan peningkatan kualitas atlet, salah satunya dengan latihan drill berjarak. Latihan drill berjarak *pointing* untuk melatih akurasi dan ketepatan pointing dalam olahraga petanque. Latihan drill berjarak menggunakan jarak 6 m, 7 m, 8 m dan 9 m dengan menggunakan 3 bola dalam setiap jarak untuk meningkatkan hasil pointing tersebut.

Berdasarkan permasalahan diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh latihan variasi *drill* terhadap hasil *pointing* atlet petanque Club MTS Negeri 7 Batanghari “.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Masih terlihat beberapa atlet belum maksimal dalam melakukan pointing.
2. Kurangnya latihan variasi drill sehingga tidak mendapatkan hasil pointing yang maksimal.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas maka peneliti membatasi yaitu : “Pengaruh latihan variasi *drill* terhadap hasil *pointing* atlet petanque Club MTS Negeri 7 Batanghari”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka masalah dalam penelitian ini dapat di rumuskan sebagai berikut :

“ Apakah ada pengaruh latihan variasi *drill* terhadap hasil *pointing* atlet *Petanque*

Club MTS Negeri 7 Batanghari“.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh latihan variasi *drill* terhadap hasil *pointing* atlet petanque Club MTS Negeri 7 Batanghari.

1.6 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 akurasi *pointing* dalam permainan petanque.
2. Secara praktis, dengan adanya penelitian ini, semoga bisa menjadi acuan pada program latihan *pointing* untuk mendapatkan hasil yang maksimal.
3. Bagi atlet untuk menciptakan otomatisasi gerak dan meningkatkan prestasi petanque.
4. Bagi pelatih penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai gambaran atau masukan untuk dapat disajikan dalam pertimbangan dalam usaha untuk meningkatkan kemampuan peserta khususnya hasil *pointing* dalam olahraga petanque .
5. Bagi Club, hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai acuan atau tolak ukur dalam meningkatkan kemampuan atlet untuk bahan penyusunan peningkatan prestasi pembelajaran khususnya olahraga petanque.