

**HUBUNGAN ANTARA *POWER* LENGAN DAN KOORDINASI MATATANGAN
TERHADAP KETERAMPILAN *SHOOTING* PERMAINAN *PETANQUE* PADA
CLUB UNISMA BEKASI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh Gelar Sarjana
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45 Bekasi



Oleh:

**AYU DWI SUSILOWATI
41182191190015**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi

HUBUNGAN ANTARA *POWER* LENGAN DAN KOORDINASI MATA
TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN *SHOOTING* PERMAINAN
PETANQUE PADA CLUB UNISMA BEKASI

Oleh :

AYU DWI SUSILOWATI
41182191190015

Telah Di Setujui Oleh:

Pebimbing



Dr.Dindin Abidin, S.Pd., M.Si

Bekasi, 15 Mei 2025

Menyetujui,
Ketua Program Studi PJKR
FKIP UNISMA Bekasi



Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd., M.Pd
NIK. 45102072018005

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

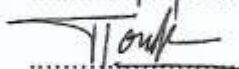
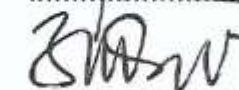
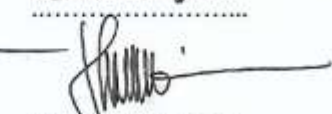
HUBUNGAN ANTARA *POWER* LENGAN DAN KOORDINASI MATA
TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN *SHOOTING* PERMAINAN
PETANQUE PADA CLUB UNISMA BEKASI

Dipersiapkan dan di tulis oleh :

Ayu Dwi Susilowati
41182191190015

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 21 Mei 2025
Dan dinyatakan memenuhi syarat
Susunan Dewan Penguji

Ketua : Yudi Budianti, M.Pd
Sekertaris : Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd., M.Pd
Anggota I : Dr. Bujang Drs., M.Si
Anggota II : Dr. Hasan Basri, S.Pd., M.Pd
Anggota III : Dr. Azi Faiz Ridlo, S.Pd., M.Pd


.....

.....

.....

.....

.....

Bekasi, 21 Mei 2025
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45 Bekasi


Yudi Budianti, M.Pd.
NIK. 45101022012015

LEMBAR PERNYATAAN

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Ayu Dwi Susilowati

NPM : 41182191190015

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul ***"Hubungan Antara Power Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keteerampilan Shooting Permainan Petanque Pada Club Unisma Bekasi"*** ini benar-benar saya kerjakan sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan plagiarisme, peniruan hasil karya orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya karena hubungan material maupun non-material, ataupun segala kemungkinan yang lain yang pada hakekatnya bukan merupakan karya saya secara orisinal dan otentik. Bila kemudian hari di duga kuat ada ketidak sesuaian antara fakta dan kenyataan ini, saya bersedia di proses oleh tim fakultas yang di bentuk untuk melakukan verifikasi, dengan sanksi terberat berupa pembatalan kelulusan / keserjanaan.

Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak ada tekanan ataupun paksaan dari pihak maupun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bekasi,


an

Ayu Dwi Susilowati
NPM: 41182191190015

ABSTRAK

Nama : Ayu Dwi Susilowati, NPM : 41182191190015, Dosen Pembimbing : Dr. Dindin Abidin,S.Pd.,M.Si. Judul : Hubungan Antara *Power* Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya Hubungan Antara *Power* Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet *Petanque* Club Unisma Bekasi. Teknik *purposive sampling*, kriteria tersebut yaitu : (1) Sampel yang diambil harus sesuai dengan permasalahan yang diambil. (2) Sampel yang diambil harus homogen. (3) Sampel yang diambil bisa sesuai usia (umur 17 tahun ke atas). (4) Presentase kehadiran 75%. Sampel penelitian ini sebanyak 10 atlet *petanque* kota Bekasi, yaitu, 5 Laki – laki dan 5 Perempuan.

Kata kunci : *Power* Lengan, Mata Tangan, *Shooting*, Permainan *Petanque*

KATA PENGANTAR

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur senantiasa terucap kepada Allah SWT, atas segala Rahmat dan Hidayah-Nya. Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian syarat untuk mendapatkan gelar strata satu pendidikan dengan judul "Hubungan Antara *Power* Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi.." dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas akhir skripsi ini dapat diselesaikan karena tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Dr. Hermanto, Drs., M.M., M.Pd. selaku Rektor Unisma Bekasi.
2. Ibu Yudi Budianti, M. Pd. selaku Dekan FKIP Unisma Bekasi.
3. Ibu Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd.,M.Pd. selaku Ketua Jurusan Penjaskesrek, FKIP Unisma Bekasi dan juga selaku Dosen Pembimbing saya.
4. Para Dosen dan Staf FKIP Unisma Bekasi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
5. Kepada Pengcab *Petanque* Kota Bekasi yang telah membantu.

Penulis amat menyadari skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, dan terdapat banyak sekali kekurangan maupun kesalahan, maka kritik dan saran akan selalu penulis terima agar dapat menghasilkan sebuah karya yang lebih baik lagi.

Bekasi, 21 Mei 2025

Yang membuat pernyataan,



Ayu Dwi Susilowati

NPM. 41182191190015

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan Masalah Dan Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Definsi Operasional	5
BAB II	9
LANDASAN TEORI	9
A. Kerangka Teori	9
B. Penelitian Yang Relevan	33
C. Kerangka Berpikir	40
D. D. Hipotesis Penelitian	41
BAB III	42
PROSEDUR PENELITIAN	43
A. Metode Penelitian	43
B. Populasi dan Sampel Penelitian	44

C. Tempat dan Waktu Penelitian	46
D. Desain, Langkah - langkah dan Instrumen Penelitian	46
E. Prosedur Analisi Data	54
BAB IV	59
HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	60
A. Deskripsi Data	60
BAB V	64
SIMPULAN DAN SARAN	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	67
DOKUMENTASI	77
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	82

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Relevan.....	33
Tabel 2. 2 Distribusi Data Koordinasi Mata Tangan.....	36
Tabel 2. 3 Distribusi Data Kemampuan <i>Shooting</i>	37
Tabel 2. 4 Distribusi Data Kekuatan Otot Lengan	37
Tabel 2. 5 Distribusi Data Kemampuan <i>Shooting</i>	38
Tabel 2. 6 Uji Normalitas Pretest dan Posttest of normality	38
Tabel 2. 7 Uji One sample T-test.....	39
 Tabel 3. 1 Instrumen Penilaian <i>Shooting</i>	 53
Tabel 3. 2 <i>Scoresheet Petanque</i>	54
 Tabel 4. 1 <i>Power</i> otot lengan.....	 60
Tabel 4. 2 Koordinasi Mata Tangan	61
Tabel 4. 3 <i>Shooting Game</i>	62
Tabel 4. 4 Uji Normalitas Liliefors	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Koordinasi Mata Tangan	12
Gambar 2. 2 Lengan Kanan dan Kiri.....	14
Gambar 2. 3 Logo FOPI.....	17
Gambar 2. 4 Teknik <i>Pointing</i>	18
Gambar 2. 5 Teknik <i>Shooting</i>	19
Gambar 2. 6 Bola Besi (Bosi)	22
Gambar 2. 7 Boka/Jack	23
Gambar 2. 8 Meteran.....	23
Gambar 2. 9 <i>Circle</i> (Lingkaran)	24
Gambar 2. 10 Lapangan <i>Petzague</i>	24
Gambar 2. 11 Memegang bosi	25
Gambar 2. 12 Posisi Berdiri	26
Gambar 2. 13 Lapangan <i>Shooting Petzague</i>	27
Gambar 2. 14 <i>Shooting Station 1</i>	27
Gambar 2. 15 <i>Shooting Station 2</i>	28
Gambar 2. 16 <i>Shooting Station 3</i>	28
Gambar 2. 17 <i>Shooting Station 4</i>	28
Gambar 2. 18 <i>Shooting Station 5</i>	29
Gambar 2. 19 <i>Shot On The Iron</i>	31
Gambar 2. 20 <i>Short Shot</i>	31
Gambar 2. 21 <i>Ground Shot</i>	32
Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....	47
Gambar 3. 2 Langkah - langkah Penelitian	48
Gambar 3. 3 <i>tes two-hand medicine ball put</i>	50
Gambar 3. 4 <i>Wall Pass</i>	51
Gambar 3. 5 Lapangan Tes <i>Shooting</i>	53

LEMBAR CEK PLAGIATRISME



UNIVERSITAS ISLAM "45" FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Cut Meutia No. 83 Bekasi 17113
Telp. (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax. (021) 8801192

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME

Nomor : Perpus-PL6007/Ar.05/6/2/2021

Staf Perpustakaan FKIP Unisma Bekasi menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas tersebut :

Nama : Ayu Dwi Susilowati
NPM : 41182191190015
Program Studi : Penjaskekre

Judul Tugas Akhir/Skripsi :

"Hubungan Antara Power Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan Shooting Permainan Petanque Pada club unisma Bekasi"

Dinyatakan lolos / ~~tidak lolos~~ (coret yang tidak perlu) plagiasi berdasarkan hasil uji turnitin dengan persentase 20% pada setiap subbab naskah tugas akhir/skripsi yang disusun. Surat Keterangan ini digunakan sebagai prasyarat untuk mengikuti ujian tugas akhir/skripsi.

Bekasi, 16 Mei 2021

Mengetahui,
Kepala Program Studi


(.....)

Staf Perpustakaan FKIP


(.....)

Note : Syarat hasil uji turnitin $\leq 35\%$