

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan kemampuan dan kesanggupan seseorang dalam melakukan aktivitas yang bermanfaat bagi tubuh, karena seluruh tubuh harus selalu bergerak mengikuti alur lajunya sebuah gerakan sehingga dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Dalam melaksanakan olahraga manusia mempunyai tujuan yang berbeda-beda, karena setiap manusia melakukan olahraga sesuai dengan tujuan yang ingin dicapainya. Olahraga sudah menjadi kebutuhan bagi setiap manusia, karena masyarakat semakin menyadari bahwa kebugaran, kesegaran, dan kesehatan, sangat berguna untuk menunjang aktivitas sehari-hari ditingkatkan melalui berolahraga.

Dalam perkembangan olahraga dunia bahkan Indonesia banyak olahraga yang lahir bahkan di lingkup negara kesatuan kita Indonesia salah satunya Petanque. Olahraga ini berasal dari Prancis dan berkembang oleh negara yang telah dijajah oleh Prancis. *Petanque* mirip olahraga tradisional yang dapat dimainkan oleh kelompok umur baik itu, anak-anak, remaja, anak dewasa sampai ke orang tua. (Anisah & Syahrastani, 2023)

Latihan *Shooting* sebaiknya dilakukan di alam terbuka yang bervariasi pemandangan dan juga tempatnya. Latihan ini dilakukan dengan tujuan untuk mengatur konsentrasi dan mental. *Shooting* ini pun termasuk salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan konsentrasi dan mengatur *power* dalam mengayunkan ritme saat melempar bosi. Bentuk latihan ini biasanya diawali dengan ayunan bola yang lambat kemudian di saat posisi ayunan kedepan bisa cepat bisa pelan sesuai dengan kemampuan masing – masing individu.

Berdasarkan pengamatan dan observasi yang peneliti lakukan pada saat kegiatan sparing yang diadakan oleh kampus lain. Peneliti menemukan kurangnya konsentrasi yang dimiliki oleh para atlet. Sehingga seorang atlet tidak bisa menjaga performanya hingga permainan berakhir. Hal ini dapat dilihat dari cara bermain atlet yang terkesan ingin cepat-cepat untuk mematikan lawan namun malah melakukan kesalahan sendiri.

Pada game pertama kemampuan atlet masih bisa mengimbangi lawan dan stabil, namun memasuki akhir game atlet sudah mengalami kelelahan yang menyebabkan konsentrasi dan fokus atlet berkurang, sehingga lawan dengan mudah mengatur kendali pada permainan. (*Pointing dan Shooting*) dalam 2 Area pada Permainan *Petanque*..

Olahraga koordinasi merupakan olahraga konsentrasi seperti melempar bola kasti ketembok tanpa jatuh yang membutuhkan ketenangan dan kesabaran. Dengan latihan ini, mata tangan yang terlatih akan meningkatkan asupan filling lebih maksimal. Dengan filling dan mental yang maksimal akan meningkatkan konsentrasi secara keseluruhan dan meningkatkan *Shooting* target lebih maksimal.

Dari masalah yang ditemukan pada uraian di atas, peneliti ingin menerapkan variasi model latihan untuk meningkatkan konsentrasi. Metode latihan ini yang akan peneliti gunakan yaitu keterampilan *Shooting*, dengan 3 tujuan untuk meningkatkan konsentrasi. Oleh karena itu, peneliti menyusun sebuah penelitian yang berjudul “Hubungan Antara *Power* Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi.

B. Batasan Masalah Dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dan agar tidak terlalu meluas focus penelitian ini, Maka penelitian ini dibatasi pada :

- a. Fokus penelitian akan mengukur hubungan power lengan dan koordianasi

mata tangan terhadap keterampilan shooting pemain petanque

- b. Metode penelitian yang di gunakan metode kuantitatif/korelasi
- c. Objek difokuskan terhadap atlet Kota Bekasi sebanyak 10 orang 5 putri dan 5 putra

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

- a. Apakah ada hubungan antara *power* lengan terhadap keterampilan *shooting Petanque*?
- b. Apakah ada hubungan antara koordinasi mata – tangan terhadap keterampilan *shooting Petanque*?
- c. Apakah ada hubungan antara *power* lengan dan koordinasi mata – tangan secara bersamaan terhadap keterampilan *shooting* permainan *petanque* pada club unisma bekasi?

C. Tujuan Peneletian

Sesuai dengan permasalahan yang diajukan diatas, maka tujuan pada penelitian ini :

1. Ingin mengetahui apakah ada Hubungan Antara *Power* Lengan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi.
2. Ingin mengetahui apakah ada Hubungan Antara Koordinasi Mata – Tangan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi.
3. Ingin mengetahui apakah ada Hubungan Antara *Power* Lengan Dan Koordinasi Mata – Tangan secara bersamaan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini mempunyai dua manfaat, antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian untuk memberikan pengetahuan yang luas tentang Hubungan Antara *Power* Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan *Shooting* Permainan *Petanque* Pada Club Unisma Bekasi., khususnya untuk peneliti dalam memberikan variasi program latihan.

2. Manfaat Praktis

- a. Atlet dapat mengetahui keterampilan *Shooting* masing – masing. Sehingga dari hasil pengukuran atlet dapat mengetahui seberapa kemampuan yang dimiliki.
- b. Peneiliti dapat memberikan gambaran tentang keterampilan *Shooting*, sehingga peneiliti dapat memberikan program latihan yang tepat dengan kebutuhan atlet

E. Definsi Operasional

Definisi operasional adalah definisi yang disusun berdasarkan atas kegiatan – kegiatan yang harus dilakukan agar hal yang didefinisikan itu terjadi. Pada penelitian ini definisi operasional dari variabel penelitian sebagai berikut:

1. Hubungan

Hubungan adalah sesuatu yang terjadi apabila dua orang atau hal atau keadaan saling mempengaruhi dan saling bergantung antara satu dengan yang lainnya. hubungan adalah suatu kegiatan tertentu yang membawa akibat kepada kegiatan yang lain. Selain itu arti kata hubungan dapat juga dikatakan sebagai

suatu proses, cara atau arahan yang menentukan atau menggambarkan suatu obyek tertentu yang membawa dampak atau pengaruh terhadap obyek lainnya. (Ridlo, 2015). Yang dimaksud dengan hubungan dalam penelitian ini adalah ingin mengetahui apakah ada hubungan yang terkait pada keterampilan shooting petanque.

2. Koordinasi Mata - Tangan

Koordinasi adalah kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi satu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuannya. Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan serta kerja sama sistem persyarafan pusat. (Ismoko & Sukoco, 2013).

Koordinasi mata tangan dalam penelitian ini adalah mengkoordinasikan indera penglihatan “mata” dan “tangan” sebagai anggota badan dari pergelangan sampai dengan ujung jari dengan hasil keterampilan shooting petanque. (Mahendra et al., 2012a)

3. Power Lengan

Power adalah daya, tenaga, atau energi yang dikeluarkan secara berkelanjutan oleh sebuah mesin untuk bisa mencapai kecepatan tertinggi (*top speed*) dalam jangka waktu tertentu. (Wijayanti, 2014). *Power* otot lengan merupakan kemampuan otot lengan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya. (Wijayanti, 2014). Berkaitan judul penelitian, maka *power* lengan yang di maksud adalah untuk mengukur keterampilan *shooting petanque*.

4. Shooting Petanque

Shooting merupakan salah satu teknik dasar lemparan dalam olahraga *petanque*, untuk mengusir bosi lawan dari boka target. (Sutrisna et al., 2018).

Berkaitan judul penelitian, maka yang dimaksud adalah kemampuan melakukan *shooting* keterampilan *shooting petanque*.

5. Petanque

Petanque adalah suatu bentuk permainan *boules* yang tujuannya melempar bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu 7 yang disebut *jack* dan kaki harus berada di lingkaran kecil. Permainan ini biasa dimainkan di tanah keras tapi juga dapat dimainkan di rerumputan, pasir atau permukaan tanah lain. (Laksana et al., 2017)

Petanque adalah olahraga yang diputar secara bertiga (*triple*) tetapi dapat juga dimainkan secara individu (*single*) atau berdua (*double*). Petanque juga menjadikan aturan yang lebih sederhana dalam permainannya dan bisa menjadikan tempat berlatihnya dimanapun sekalipun didepan rumah yang memiliki kontur tanah beraspal. *Petanque* dapat dimainkan di atas tanah liat atau bebatuan, untuk lapangan rumput dan *concrete* tidak direkomendasi.

Petanque dapat dimainkan di permukaan rata pasir pantai, batu, tanah liat atau rumput, ukuran 15 meter x 4 meter atau minimal 12 meter x 3 meter, Berbentuk persegi panjang, apabila di lapangan luas diberi pembatas berupa tali dengan ukuran tersebut diatas. (Okilanda, 2018)