

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga universal karena dapat diikuti oleh orang dari semua lapisan masyarakat tanpa dibatasi oleh agama, suku, ras, pendidikan, status ekonomi, atau jenis kelamin. Olahraga sangat penting dan luas dalam kehidupan manusia. Ini dapat digunakan untuk mendapatkan uang, memberikan pendidikan kesehatan, berpartisipasi dalam kebudayaan, dan mencapai prestasi. Tidak dapat disangkal bahwa olahraga secara signifikan memengaruhi tingkat kebahagiaan seseorang, yang menunjukkan bahwa olahraga dapat membuat orang yang melakukannya merasa bahagia.

Petanque merupakan salah satu cabang olahraga yang tergolong baru berkembang di Indonesia, dengan ciri khas penggunaan bola kecil berbahan logam atau besi yang dikenal sebagai bos (bola besi). Organisasi yang menaungi olahraga ini di tingkat nasional adalah Federasi Olahraga Petanque Indonesia (FOPI) yang didirikan pada tahun 2011, bertepatan dengan persiapan penyelenggaraan SEA Games XXVI di mana Indonesia bertindak sebagai tuan rumah. Secara prinsip, permainan petanque bertujuan untuk mengumpulkan skor hingga mencapai 13 poin sekaligus menghambat lawan agar tidak mencapai jumlah poin tersebut.

Petanque adalah cabang olahraga yang dimainkan dengan cara melempar bola besi agar sedekat mungkin dengan bola kecil yang disebut jack, dengan posisi kedua kaki pemain tetap berada di dalam lingkaran (circle). Dalam cabang olahraga ini, terdapat beberapa nomor pertandingan yang dilombakan, antara lain triple putra

dan putri, double putra dan putri, single putra dan putri, triple campuran, double campuran, nomor shooting, serta nomor beregu putra dan putri.

Shooting adalah sebagai Teknik melempar bola dengan tenaga kecepatan tinggi yang bertujuan untuk memukul atau menjauhkan bola lawan yang dekat dengan target atau jeck. shooting ini bersifat ofensif yang berfungsi untuk merusak strategi lawan atau mengosongkan area agar tim sendiri bisa mendapatkan poin yang lebih banyak.

Setiap atlet petanque, terutama pemula, harus menguasai teknik titik. Teknik pointing ini dapat dilakukan dalam dua posisi, berdiri atau jongkok. Pada jarak pendek, teknik ini biasanya dilakukan dengan posisi jongkok, tetapi beberapa atlet tetap memilih posisi berdiri karena lebih nyaman. Pada jarak yang lebih jauh, teknik ini dapat dilakukan baik dengan berdiri maupun jongkok, tetapi sebagian besar atlet cenderung menggunakan posisi berdiri. Kondisi fisik atlet juga memengaruhi perbedaan teknik ini; atlet Indonesia berbeda dari atlet Thailand dan Prancis. Karena dianggap lebih nyaman untuk melakukan pointing dari jarak jauh, atlet di negara tersebut lebih sering menggunakan posisi jongkok.

Masalah utama yang dihadapi dalam pengembangan atlet petanque saat ini adalah kecenderungan penggunaan metode latihan yang monoton dan repetitif tanpa variasi yang memadai. Latihan yang terlalu linier sering kali menyebabkan plateau atau stagnasi performa, di mana atlet tidak lagi mengalami peningkatan kemampuan meskipun intensitas latihan ditambah. Tantangannya terletak pada bagaimana menyusun skema latihan yang mampu menstimulasi aspek kognitif dan motorik atlet secara bersamaan agar mereka tetap adaptif terhadap berbagai kondisi

lapangan.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengeksplorasi pentingnya teknik dasar pointing dan shooting dalam petanque. Namun, mayoritas studi tersebut lebih fokus pada analisis biomekanika gerakan atau hubungan kekuatan otot lengan dengan hasil tembakan. misalnya, menekankan pada frekuensi latihan, tetapi kurang memberikan porsi pada aspek modifikasi alat atau situasi latihan yang dinamis. Hal ini menyisakan ruang diskusi mengenai efektivitas struktur latihan itu sendiri.

Salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan mengembangkan bentuk latihan yang divariasikan melalui pendekatan permainan. Model latihan berbasis permainan mampu menghadirkan suasana yang lebih menarik, menantang, serta relevan dengan kondisi nyata, sehingga dapat meningkatkan motivasi, partisipasi aktif, dan penguasaan keterampilan teknik atlet. Selain itu, penerapan variasi latihan ini juga selaras dengan prinsip-prinsip dalam latihan olahraga, yang menekankan pentingnya adaptasi, progresivitas, serta penyesuaian latihan sesuai dengan karakteristik individu.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu model variasi latihan pointing berbasis permainan petanque yang dirancang secara sistematis dan sesuai dengan karakteristik atlet pemula. Pengembangan model latihan ini diharapkan mampu meningkatkan kualitas proses latihan, penguasaan teknik pointing, serta mendukung pencapaian prestasi atlet petanque pemula secara optimal.

Berdasarkan hasil informasi yang diperoleh peneliti, Unimed Petanque Club (UPC) mulai terbentuk pada tahun 2012. Pada awal pendiriannya, keanggotaan

UPC terdiri dari mahasiswa Universitas Negeri Medan dengan stambuk 2011 dan terus berkembang hingga saat ini. Unimed Petanque Club, yang disingkat UPC, merupakan unit kegiatan olahraga petanque di lingkungan Universitas Negeri Medan yang secara konsisten melakukan pembinaan dan pengembangan prestasi atlet mahasiswa. Pada awal pembentukan, UPC memiliki sekitar 15 orang anggota dan berada di bawah binaan Bapak Dr. Ibrahim, S.Pd., M.Or. Seiring berjalannya waktu dan meningkatnya minat mahasiswa terhadap olahraga petanque, jumlah anggota UPC terus bertambah hingga mencapai kurang lebih 30 orang yang terdiri dari mahasiswa stambuk 2021, 2022, 2023, dan 2024.

Kejuaraan yang pernah diikuti UPC yaitu :

1. Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional pada tahun 2015.
2. Kejuaraan Daerah pada tahun 2016 dengan peraih medali Emas 1 dan medali Perak 1.
3. Kejuaraan Nasional Mahasiswa Medan pada tahun 2017.
4. Eksebisi POMNAS di Aceh pada tahun 2016 dengan peraih medali 2 Perunggu di nomor Single Woman dan Double Man.
5. Eksebisi PON di Bekasi pada tahun 2016.
6. Kejuaraan Nasional di Bali pada tahun 2017 dengan peraih medali 1 Perunggu di nomor Triple Mix.
7. Kejuaraan Nasional di Surabaya pada tahun 2018 dengan peraih medali 1 Perak 1 Perunggu.
8. Kejuaraan Internasional di Medan pada tahun 2018 dengan peraih medali 1 Emas di nomor Double Man. I

9. Eksebisi PON di Papua pada tahun 2019 dengan peraih medali 1 Emas di nomor Triple Mix, 1 Perak di nomor Triple Man.
10. Kejuaraan Nasional Mahasiswa di Medan pada tahun 2018.
11. Kejuaraan nasional mahasiswa di Aceh pada tahun 2019 .
12. Kejuaraan Daerah Pora-Pora Cup di Medan 2021 dengan peraih medali 2 Emas di nomor Double Man dan Shooting Man.
13. PORPOV-SU di Medan pada tahun 2022 masing-masing anggota UPC mengikutinya dengan membawa daerah masing-masing.
14. POMNAS di Padang pada tahun 2022 dengan peraih medali 1 Perak di nomor Triple Man dan 2 Perunggu di nomor Double Mix, Double Man.
15. Indonesia Malaysia Thailand - Growth Triangle (IMT-GT) Varsity Carnival di Aceh pada tahun 2023 dengan peraih medali 1 Perak.
16. Kejuaraan Nasional Petanque antar Mahasiswa se-Indonesia di Jambi pada tahun 2023 dengan peraih medali 1 Perak di nomor Triple Mix, 2 Perunggu di nomor Triple Mix dan Beregu Putri.
17. Asean University Games di Surabaya pada tahun 2024 dengan peraih medali Perunggu di nomor Double Man.
18. Pekan Olahraga Nasional (PON) di Aceh pada tahun 2024 dengan peraih medali emas di nomor double women man , 2 perunggu di nomor beregu putra dan beregu putri.
19. Petanque Asian Championship Di Taiwan pada tahun 2024.
20. 1st invitation petanque internasional competition dengan perolehan medali 2 emas dan 1 perak di nomor double women, double men pelajar dan senior

Berdasarkan pencapaian tersebut, dapat disimpulkan bahwa Unimed Petanque Club merupakan wadah pembinaan olahraga petanque yang aktif dan berprestasi, serta memiliki peran penting dalam pengembangan atlet petanque mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa UPC layak dijadikan sebagai lokasi penelitian, khususnya dalam penelitian pengembangan variasi latihan *pointing* berbasis permainan bagi atlet pemula.

Berdasarkan Observasi awal yang dilakukan di Unimed Petanque Club (UPC), ditemukan bahwa para atlet memiliki ingin rasa terus untuk berlatih, namun materi latihan yang diberikan cenderung serupa setiap pekannya. Data observasi menunjukkan bahwa pada sesi *pointing*, atlet sering mengalami kesulitan saat permukaan lapangan berubah tekstur, yang mencerminkan kurangnya latihan adaptatif. Selain itu, belum adanya instrumen evaluasi harian yang mencatat perkembangan variasi latihan secara spesifik membuat progres atlet sulit terpantau secara objektif.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti lapangan di Unimed Petanque Club (UPC), ditemukan kondisi di mana populasi atlet terdiri dari anggota resmi UPC yang sudah pernah ikut dalam turnamen dan sudah lama dalam mengikuti. Fenomena yang terlihat adalah atlet UPC cenderung mengalami stagnasi karena pola latihan yang itu-itu saja, sementara atlet pemula dari luar sering kehilangan arah karena belum adanya kurikulum latihan yang terstruktur secara variatif.

Namun demikian, latihan yang berbasis permainan (*game-based training*) sebagai strategi untuk meningkatkan motivasi dan keterampilan atlet, khususnya

pemula di Unimed Petanque Club (UPC), belum banyak diteliti secara sistematis. Pendekatan berbasis permainan diharapkan dapat mengatasi keterbatasan latihan konvensional dan mendekatkan latihan dengan konteks situasi pertandingan.

Berdasarkan uraian tersebut, maka judul penelitian ini adalah: “Pengembangan variasi latihan pointing berbasis permainan petanque atlet pemula”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat dirumuskan sejumlah permasalahan yang menjadi fokus dalam penelitian ini yaitu :

1. Kurangnya variasi metode Latihan pointing pada atlet pemula di unimed petanque club (UPC).
2. Ketergantungan pada metode Latihan tradisional yang kurang kontekstual dengan permainan.
3. Kebutuhan inovasi model Latihan yang terstruktur.
4. Masih minimnya uji coba model Latihan pointing berbasis permainan yang tervalidasi secara ilmiah.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti menetapkan batasan terhadap ruang lingkup permasalahan yang akan dikaji. Pembatasan ini dilakukan agar penelitian lebih terarah dan fokus, sehingga tidak terjadi perluasan masalah yang dapat

mengaburkan tujuan penelitian. Pembatasan masalah pada penelitian ini yaitu : Pengembangan variasi Latihan pointing berbasis permainan petanque pada atlet pemula.

1.4 Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah pengembangan variasi Latihan pointing berbasis permainan petanque untuk atlet pemula, yang diarahkan pada peningkatan keterampilan Teknik pointing secara efektif dan menarik.

1.5 Rumusan Masalah

Dari latar belakang serta fokus penelitian ditemukan rumusan masalah yaitu:

1. Bagaimana proses pengembangan variasi Latihan pointing berbasis permainan pétanque bagi atlet pemula di unimed pétanque cub (UPC)?
2. Bagaimana bentuk variasi Latihan pointing berbasis permainan yang dikembangkan untuk atlet pemula ?
3. Bagaimana Tingkat kepraktisan atau evektivitas variasi Latihan tersebut bagi atlet pemula?

1.6 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, fokus penelitian dan perumusan masalah, maka penelitian membuat tujuan penelitian ini adalah mengembangkan variasi Latihan pointing berbasis permainan petanque yang layak, efektif, dan menarik bagi atlet pemula di unimed pétanque club (UPC).

1.7 Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan keilmuan di bidang kepelatihan olahraga, khususnya yang berkaitan dengan pengembangan variasi latihan teknik *pointing* dalam olahraga petanque. Hasil penelitian ini dapat memperkaya referensi penelitian pengembangan (*Research and Development*) di bidang olahraga petanque, yang hingga saat ini masih terbatas, terutama yang secara khusus membahas pengembangan variasi latihan teknik *pointing*. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan teoretis serta bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji atau mengembangkan model latihan petanque pada tingkat dan karakteristik atlet yang berbeda.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Pelatih Petanque, penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam merancang dan menerapkan variasi latihan *pointing* yang lebih bervariasi, menarik, dan sesuai dengan karakteristik atlet pemula sehingga proses latihan menjadi lebih efektif.
2. Bagi Atlet Petanque Pemula, Variasi latihan *pointing* berbasis permainan yang dikembangkan diharapkan dapat meningkatkan motivasi berlatih serta membantu atlet dalam memahami dan menguasai teknik dasar *pointing* secara bertahap.
3. Bagi Petanque unimed club (UPC), penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pendukung dalam pelaksanaan program pembinaan atlet

petanque pemula, khususnya dalam penyusunan program latihan teknik dasar yang sistematis.

