

Pelatihan Akurasi Shooting Cabang Olahraga Petanque pada Atlet Kabupaten Sragen

Yudi Karisma Sari¹, Fatkhul Imron², Ninda Beni Asfuri,³ Aan Budi Santoso⁴,
Untung Nugroho⁵

¹²³⁴⁵Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

¹yudikarisma3298@gmail.com

Abstract

Sport The petanque game is a sport originating from France which is classified as a new sport in Indonesia, but this sport has started to be in demand by the public. This training aims to improve the skills of athletes in Sragen Regency in shooting. Shooting in petanque is an attempt to keep the target ball away with the aim of reducing the opponent's points and adding points to the team. Shooting movement analysis is carried out to describe the characteristics of the basic techniques in shooting. Biomechanical analysis is used to describe in measurable and quantified ways to gain an understanding of the effectiveness of the technique. In petanque games, not all athletes can shoot well, because special training is needed to master this skill. Several efforts were made so that the athletes were able to master shooting skills, one of which was with special training to develop shooting skills. The method used is lectures and demonstrations carried out for three days. This activity is very beneficial for athletes because it can improve shooting skills. The results achieved were that all participants had sufficient knowledge of the rules of the game, knowledge of playing skills, and the basic techniques of shooting petanque which were quite good and correct towards improving the quality of petanque sports skills.

Keywords: Shooting, Petanque

Abstrak

Olahraga Permainan petanque merupakan olahraga yang berasal dari Negara Prancis yang tergolong olahraga baru di Indonesia, tetapi olahraga ini sudah mulai diminati oleh masyarakat. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan atlet Kabupaten Sragen dalam melakukan shooting. Shooting dalam olahraga petanque adalah upaya dalam menjauhkan bola target dengantujuan mengurangi poin lawan dan menambah poin pada tim. Analisis gerakan shooting dilakukan untuk menggambarkan karakteristik teknik dasar dalam melakukan shooting. Analisis biomekanik digunakan untuk menggambarkan secara terukur dan terhitung untuk memperoleh pemahaman efektivitas teknik. Dalam permainan petanque tidak semua atlet bisa melakukan shooting dengan baik, karena diperlukan latihan khusus agar bisa menguasai keterampilan tersebut. Beberapa upaya yang dilakukan agar para atlet mampu menguasai keterampilan shooting salah satunya dengan pelatihan khusus pengembangan keterampilan shooting. Metode yang digunakan adalah ceramah dan demonstrasi yang dilakukan selama tiga hari. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi atlet karena mampu meningkatkan kemampuan shooting. Hasil yang di capai adalah seluruh peserta memiliki pengetahuan yang cukup tentang aturan permainan, pengetahuan keterampilan bermain, dan teknik dasar shooting olahraga petanque yang cukup baik dan benar terhadap peningkatan kualitas keterampilan olahraga petanque.

Kata Kunci: Shooting, Petanque

Submitted: 2023-01-07

Revised: 2023-01-11

Accepted: 2023-01-27

Pendahuluan

Olahraga Petanque berasal dari Negara Prancis. Olahraga ini awalnya merupakan olahraga tradisional asal Prancis, lalu dikembangkan sebagai cabang olahraga prestasi, permainan tradisional dengan induk olahraga Petanque Internasional bernama Fédération Internationale dePétanque et Jeu Provençal (FIPJP) yang didirikan di Marseille, Prancis pada tahun 1958. Pada seagames 2011 dan 2013 team cabang olahraga petanque Indonesia belum bisa berbicara banyak. Salah satu faktor penyebabnya adalah karena belum tersosialisasikannya cabang olahraga ini secara merata provinsi - provinsi yang ada di Indonesia. Olahraga Petanque adalah suatu bentuk permainan boules yang

tujuannya melempar bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut cochonnet/jack/boka dan kaki harus berada di lingkaran kecil. Permainan ini biasa dimainkan di tanah keras, tapi juga dapat dimainkan direrumputan, pasir atau permukaan tanah lain. Tetapi dalam kejuaraan nasional ataupun internasional menggunakan lapangan tanah keras. Karakter olahraga petanque ini cenderung pada olahraga permainan yang membutuhkan akurasi dalam bermain. Olahraga petanque ini dapat dimainkan oleh anak-anak, orang dewasa, orang tua bahkan orang yang memiliki keterbatasan fisik sekalipun. Olahraga petanque juga tidak menuntut lapangan khusus, olahraga ini dapat dimainkan dimana saja dan oleh siapa saja.

Di dunia, Negara-negara yang kuat dan konsisten mengembangkan petanque adalah negara-negara yang pernah dijajah oleh Prancis, negara yang memang melahirkan cabang olahraga tersebut. *Pétanque* adalah suatu bentuk permainan boules yang tujuannya melempar bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut cochonnet dan kaki harus berada di lingkaran kecil. Permainan ini biasa dimainkan di tanah keras atau minyak, tapi juga dapat dimainkan di rerumputan, pasir atau permukaan tanah lain. Petanque adalah permainan yang bisa dimainkan oleh segala kalangan dan segala usia, yang bisa dimainkan untuk rekreasi karena bermain sama keluarga atau teman, ada pula sebagai prestasi yang dimainkan dalam kejuaraan nasional ataupun internasional. Petanque masuk ke Indonesia pada tahun 2011 yaitu pada saat menjelang seagames 2011 di Indonesia, federasi yang menaungi petanque di Indonesia yaitu FOPI "Federasi olahraga Petanque Indonesia" yang berdiri pada tanggal 18 maret 2011 pada saat itu seluruh atlet dari daerah Palembang karena pada saat itu venue seagames untuk cabang petanque yaitu terletak di Palembang tepatnya di Jakabaring.

Keberadaan organisasi inilah yang menjadi faktor utama pengembangan olahraga tersebut sehingga tercipta atlet yang cukup memadai di Kabupaten Sragen. Di Kabupaten Sragen sendiri perkembangan petanque dari Tahun 2017 sangat cepat dan melahirkan beberapa atlet. Para atlet yang merupakan putra Kabupaten Sragen sendiri aktif latihan di lapangan GOR Diponegoro Sragen. Inilah yang menunjang atlet dalam mengembangkan kemampuannya dalam bermain petanque. Permasalahan utama yang dihadapi para atlet adalah masih kurang maksimalnya dalam melakukan teknik shooting sehingga dalam melakukan Teknik ini masih kurang akurat. Sedangkan shooting adalah jenis lemparan untuk mengusir bosi lawan dari boka target. Shooting merupakan bagian terpenting pada permainan petanque. Apabila dalam 1 tim kemampuan shooting atlet lemah, maka tim tersebut akan kesulitan dalam menyerang bola lawan. Menurut Hermawan (2012:17), berdasarkan tujuan mekanika utamanya permainan petanque termasuk kedalam cabang olahraga yang mempunyai tujuan mencapai ketepatan maksimal. Artinya lemparan yang dilakukan harus tepat mengenai sasaran tertentu untuk mendapatkan poin kemenangannya. Pada atlet di Kabupaten Sragen menurut hasil pengamatan di lapangan kurang adanya pelatihan yang fokus terhadap kemampuan shooting. Ketepatan berpengaruh terhadap teknik kemampuan shooting yang dimiliki seorang atlet.

Berdasarkan penjelasan di atas perlu mendapat perhatian berbagai pihak terutama

akademisi yang peduli terhadap perkembangan cabang olahraga petanque di Kabupaten Sragen. Universitas Tunas Pembangunan Surakarta sebagai perguruan yang memiliki Tri Darma Perguruan Tinggi yaitu: 1) Pendidikan dan pengajaran, 2). Penelitain, 3). Pengabdian pada masyarakat, mempunyai tanggung jawab moril untuk membantu memecahkan beberapa permasalahan dimasyarakat melalui tri darma perguruan tinggi.

Metode

Tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat ini di GOR Diponegoro Kabupaten Sragen. Waktu pelaksanaan dilaksanakan, yaitu tanggal 9 sampai dengan 11 Januari 2023, pukul 14.00 – 18.00 WIB. Metode yang digunakan Tim Pengabdi dalam pemberian (penyampaian) materi, adalah:

1. Metode ceramah yaitu menyampaikan materi olahraga petanque mengenai hakikat olahraga petanque, fasilitas dan alat-alat, serta salah satu teknik dasar yaitu shooting.
2. Metode pelatihan yaitu pemberian teknik dasar Shooting dalam permainan petanque kepada atlet Kabupaten Sragen.
3. Metode diskusi yaitu melaksanakan diskusi pada penyampaian materi maupun praktek lapangan mengenai teknik dasar shooting olahraga petanque.
4. Melaksanakan evaluasi dari simulasi pertandingan melalui metode ceramah , tanya jawab, dan demonstrasi

Hasil dan Pembahasan

Teknik shooting yaitu menjauhkan bola lawan sejauh-jauhnya bahkan sampai bola lawan keluar dari lapangan pertandingan. Berdasarkan permasalahan mitra, kurang maksimalnya kemampuan shooting yang dilakukan oleh atlet Kabupaten Sragen. Kemampuan shooting yang baik, yaitu jika seorang atlet aktif dalam melakukan latihan tersebut akan terbentuk gerakan otomatisasi. Metode shooting sangat di butuhkan dalam olahraga petanque karena menjadi salah satu penentu untuk mendapatkan point atau menghambat lawan untuk mendapatkan point dalam setiap permainan. Salah satu faktor seorang atlet kurang dalam teknik shooting adalah masih kurangnya pelatihan yang khusus untuk pengembangan keterampilan shooting. Maka dari , memberikan penjelasan sesuai dengan aturan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan shooting atlet Kabupaten Sragen. Beberapa tahapan pemberian materi dilakukan dalam pelatihan ini adalah sebagai berikut :

1. Teknik pemanasan

Hal ini dilakukan dengan pemberian penjelasan proses pemanjangan otot. Latihan-latihan pemanasan atau peregangan yang dapat dilakukan dalam berbagai macam cara menyesuaikan dengan tujuan yang ingin di capai, kemampuan atlet, serta keadaan ataupun kondisi latihan. Terdapat limateknik pemanasan dan peregangan dasar, yaitu : *statis, ballistic, assive, active, dan teknik proprioceptive.*

2. Hakikat Shooting

Tembakan shooting utama disebut 'Carreau' dimana subjek menembak bola posisi pada penuh sehingga bola target dihapus dan bola shooter dan mengambil tempatnya dan dengan mempertahankan titik atau masih berada didekat posisi awal bila target. Jenis menembak Ada sejumlah teknik shooting yang berbeda (Putman, 2011: 69)

Ada 3 macam jenis atlet melakukan shooting pada permainan petanque diantaranya sebagai berikut:

1. Shooting Ground (sepanjang tanah).
2. Shooting volley take out (bagian dari jalan di pendaratan udara hingga 1 meter di depan bola target).
3. Shooting carreau (boule to boule), yaitu pendaratan bola tepat pada bola sasaran.

Hal yang harus diperhatikan pada saat melakukan shooting adalah sebagai berikut :

1. Konsentrasi tertuju pada bola target yang akan di shooting.
2. Ayunan yang tepat dari lengan sampai dengan pergelangan tangan yang baik dengan lemparan santai halus.
3. Biarkan bola lepas dari tangan setelah diayunkan kedepan.
4. Gerakan lanjutan dari ayunan dilakukan kembali dengan baik baik dan halus.

Berdasarkan hasil kegiatan lanjutan pelatihan ini, menunjukkan bahwa apa yang diajukan dalam perumusan masalah dapat terlaksana dengan baik dan terarah. Dari hasil pelaksanaan kegiatan ini menemukan jawaban bahwa keterampilan shooting atlet FOPI Kabupaten Sragen adalah meningkat lebih baik, walaupun dalam kegiatan sebelumnya mereka telah memahami dan menguasai materi teknik dasar shooting petanque tersebut. Antusias atlet dalam mengikuti materi, baik secara teori maupun praktek, taktik dan strategi tersebut tetap terjaga dan tidak pernah menurunkan motivasi mereka dalam mengikuti kegiatan pelatihan tersebut yang dipandang sangat berguna untuk diri mereka dalam latihan maupun bertanding.

Kesimpulan

Kesimpulan

1. Mitra telah memahami arti teknik shooting secara baik melalui permainan olahraga petanque.
2. Mitra memiliki kemampuan teknik akurasi shooting yang baik.
3. Bertambahnya pengetahuan dan pemahaman terhadap manfaat olahraga Petanque yang dapat diimplementasikan.

Saran

Dengan kegiatan ini, diharapkan kepada para seluruh pihak secara bertahap dan pregoresif melakukan dan memantau pembinaan berkelanjutan agar kemampuan atlet dalam melakukan shooting terus meningkat. Peningkatan kemampuan shooting yang baik dari seoran atlet akan mampu bersaing baik secara nasional maupun international.

Daftar Pustaka

Agustina, Ayuk. T. 2017. Hubungan Antara Konsentrasi Terhadap Hasil Ketepatan Shooting Olahraga Petanque Pada Peserta Unesa Petanque Club. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya University Press.

Creswell, J. W. 2010. Research design: pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed. Yogyakarta: PT Pustaka Pelajar.

Pengurus Provinsi FOPI Jawa Tengah. 2017. Modul Penataran Arbitre Tingkat Provinsi Cabang Olahraga Petanque.

Pengurus Besar Federasi Olahraga Petanque Indonesia. 2012. Program dan Teknik Dasar Bermain Petanque. Jakarta.

Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI. Jakarta : Prenada media Grup.