

**PENGARUH MEDIA LATIHAN DAN KONSENTRASI TERHADAP AKURASI  
*SHOOTING* ATLET UNIT KEGIATAN PETANQUE  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**TESIS**



**YOYON IRHAM  
NIM. 20199067**

*Ditulis untuk memenuhi sebagai persyaratan dalam  
mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA S2  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

## **ABSTRACT**

***Yoyon Irham. 2022. The Effect of Training Media and Concentration on the Accuracy of Shooting Athletes in the Petanque Activity Unit, Padang University. Thesis, Sports Education, FIK UNP Postgraduate.***

*The problem in this research is the lack of accuracy for athletes from the Petanque Activity Unit, Padang University, namely that on average when shooting with a chance of 50 balls, only about 15-20 targets are right on target. The purpose of this study was to analyze the effect of training media and concentration on the shooting accuracy of athletes at the Petanque Activity Unit, Padang University*

*This type of research uses a quasi-experimental method that uses a treatment by Level 2 x 2 design, which is a factorial experiment involving two factors. The sample of this research was 16 athletes from the Petanque Activity Unit, Padang State University. Concentration data were measured using Grid Concentration, and to measure shooting accuracy using a shooting game test, then proceed with testing the requirements of data analysis. Because there was no interaction between the training media and concentration, the Tukey Test was not followed.*

*The results of the data analysis show that: (1) There is no difference in the effect of cone training media and rope training media on petanque shooting accuracy, (2) There is no interaction between cone training media, rope media and concentration on athlete shooting accuracy Petanque Activity Unit University Padang.*

***Keywords:*** *Shooting Accuracy, Concentration, Cone Training Media, Rope Training Media*

## ABSTRAK

**Yoyon Irham. 2022. Pengaruh Media Latihan dan Konsentrasi Terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang . Tesis Pendidikan Olahraga Pasca Sarjana FIK UNP.**

Masalah dalam penelitian ini kurangnya tingkat akurasi atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang yaitu rata-rata saat melakukan *shooting* dengan kesempatan 50 bola atlet tersebut hanya sekitar 15-20 target yang tepat sasaran. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh media latihan dan konsentrasi terhadap akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang

Jenis penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen yang menggunakan rancangan *treatment by Level 2 x 2*, yaitu suatu eksperimen factorial yang menyangkut dua faktor. Sampel penelitian ini adalah atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang yang berjumlah 16 orang. Data konsentrasi diukur dengan menggunakan *Grid Concentration*, dan untuk mengukur akurasi *shooting* menggunakan tes *shooting game*, kemudian dilanjutkan dengan pengujian persyaratan analisis data. Karena tidak ditemukan interaksi antara media latihan dan konsentrasi maka tidak dilanjutkan dengan *Uji Tukey*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Tidak terdapat perbedaan pengaruh antara media latihan *cone* dan media latihan tali terhadap akurasi *shooting* petanque, (2) Tidak terdapat interaksi antara media latihan *cone*, media tali dan konsentrasi terhadap akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan petanque Universitas Negeri Padang.

**Kata Kunci:** Akurasi *Shooting*, Konsentrasi, Media Latihan *Cone*, Media Latihan *Tali*

**PERSETUJUAN AKHIR TESIS**

---

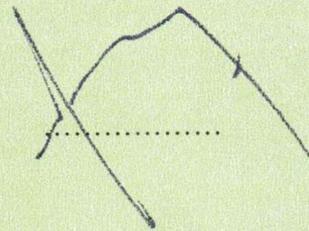
Mahasiswa : Yoyon Irham  
NIM : 20199067

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

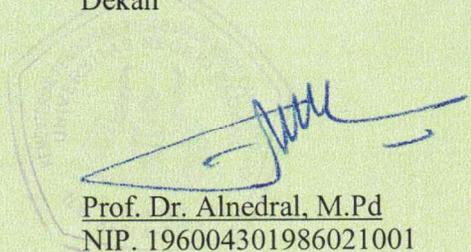
Dr. Nurul Ihsan M.Pd  
NIP.198205152009121005  
Pembimbing

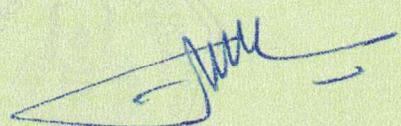


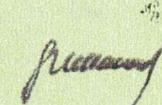
9 februari 2023

Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan

Program Studi Pendidikan Olahraga S2  
Koordinator

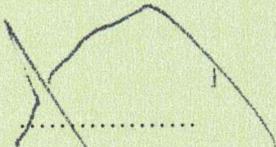
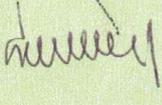
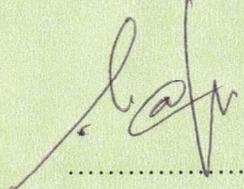


  
Prof. Dr. Alnedral, M.Pd  
NIP. 196004301986021001

  
Dr. Damrah M.Pd  
NIP.196106071988031001

**PERSETUJUAN KOMISI**  
**UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAH RAGA S2**

---

No	Nama	Tanda Tangan
1	<u>Dr. Nurul Ihsan, M.Pd</u> (Ketua)	
2	<u>Prof. Dr. Gusril, M.Pd</u> (Sekretaris)	
3	<u>Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd</u> (Anggota)	

Mahasiswa:

Nama : Yoyon Irham

NIM : 20199067

Tanggal Ujian : 30 Januari 2023

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Karya tulis saya, Tesis dengan judul **“Pengaruh Media Latihan Dan Konsentrasi Terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang”**. Adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun diperguruan tinggi lain nya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan oleh Pembimbing dan Tim Kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah di tulis atau di publikasikan orang lain, kecuali di kutif secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan di sebutkan nama pengarangnya dan di cantum kan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hokum yang berlaku.

Padang, 16 Januari 2023

Saya yang menyatakan



**Yoyon Irham**  
**NIM. 20199067**

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan hasil penelitian ini yang berjudul **"Pengaruh Media Latihan dan Konsentrasi Terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang"**. Tujuan penulisan tesis ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penulisan penelitian ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya tesis ini. Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Ganefri, M.Pd, Ph.D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan kesempatan sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Padang.
2. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dr. Damrah, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan tesis ini.
4. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan tesis ini.
5. Prof. Dr. Gusril, M.Pd dan Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd, selaku kontributor yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji tesis ini.

6. Seluruh Staf dan pengajar Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan selama penulis mengikuti perkuliahan
7. Pembina Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas dalam kegiatan penelitian
8. Kepada ayah saya H.M.Yamin, S.Sos dan Ibu saya Hj.Suriati yang telah memberikan dorongan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
9. Kepada kakak saya Mimi Yulianti,M.Pd dan Roza Suryani,M.Pd yang telah memberikan dorongan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
10. Kepada abang ipar saya Jumadi,M.Pd dan Fahrul Amri,S.Pd yang telah memberikan dorongan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
11. Kepada teman-teman saya diluar kampus serta rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
12. Semua Pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan Namanya satu persatu dalam penyelesaian tesis ini.

Demikianlah ucapan terimakasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah disisi Allah SWT. Amin.

Padang, 9 Februari 2023  
penulis

**Yoyon Irham**  
**NIM: 20199067**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	8
G. Kebaharuan dan Orisinalitas.....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	13
1. Hakikat Olahraga Petanque .....	13
2. Hakikat <i>Shooting</i> Petanque.....	18
3. Hakikat latihan.....	24
4. Karakteristik <i>Shooting</i> Olahraga Petanque .....	31
5. Hakikat Media Latihan <i>Shooting</i> .....	35
6. Konsentrasi .....	40
B. Penelitian Relevan .....	43
C. Kerangka Berfikir .....	46
D. Hipotesis Penelitian .....	52

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	54
B. Jadwal penelitian .....	55
C. Populasi dan Sampel .....	55
D. Jenis dan Sumber Data .....	57
E. Definisi Operasional .....	57
F. Pengembangan Instrumen .....	58
G. Perlakuan Penelitian .....	61
H. Teknik Pengumpulan Data .....	62
I. Teknik Analisis Data .....	63
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	64
1. Konsentrasi.....	64
2. Data Tes Akurasi <i>Shooting</i> .....	65
B. Pengujian Persyaratan Analisis Varian .....	74
C. Pengujian Hipotesis.....	76
D. Pembahasan.....	77
E. Keterbatasan Penelitian.....	84
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	86
B. Implikasi.....	86
C. Saran.....	87
<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>88</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>88</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Tingkat Intensitas .....	30
2. Kelebihan dan Kelemahan Media Cone.....	37
3. Kelebihan dan Kelemahan Media Tali.....	40
4. <i>Design of factorial 2x2</i> .....	54
5. Populasi.....	55
6. Teknik <i>Ordinal Pairing</i> .....	56
7. Pengelompokan Sampel.....	56
8. <i>Grid Concentration</i> .....	59
9. Point Pada Hambatan <i>Shooting</i> Petanque .....	59
10. Kegiatan Program Latihan .....	63
11. Data Konsentrasi Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang.....	64
12. Distribusi Data Tes Akurasi <i>Shooting</i> .....	65
13. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Cone (A <sub>1</sub> ).....	66
14. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Tali (A <sub>2</sub> ).....	67
15. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Dengan Latihan Konsentrasi Tinggi.....	68
16. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Dengan Latihan Konsentrasi Rendah .....	69
17. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Cone Dengan Konsentrasi Tinggi.....	70
18. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Tali Dengan Konsentrasi Tinggi.....	71
19. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Cone Dengan Konsentrasi Rendah.....	72

20. Distribusi Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Tali Dengan Konsentrasi Rendah.....	73
21. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Pada Media Latihan Dan Konsentrasi Dari Rancangan Penelitian.....	75
22. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Varians Kelompok Rancangan Penelitian.....	76
23. Rangkuman Hasil Perhitungan Analysis Of Variance (ANOVA).....	76

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. <i>Short On The Iron</i> .....	21
2. <i>Short Shot</i> .....	22
3. <i>Ground Shot</i> .....	22
4. Teknik Memegang Bola Besi .....	22
5. Cara Melempar Bosi Posisi Berdiri .....	23
6. Media Latihan Cone Jarak 6 Meter .....	37
7. Media Latihan Tali Jarak 6 Meter .....	40
8. Grafik Data Konsentrasi Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang .....	65
9. Grafik Data Tes Akurasi <i>Shooting</i> .....	66
10. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan <i>Cone</i> .....	67
11. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Tali .....	68
12. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Dengan Konsentrasi Tinggi .....	69
13. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Dengan Konsentrasi Rendah .....	70
14. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan <i>Cone</i> Dengan Konsentrasi Tinggi .....	71
15. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Tali Dengan Konsentrasi Tinggi .....	72
16. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan <i>Cone</i> Dengan Konsentrasi Rendah .....	73
17. Grafik Data Akurasi <i>Shooting</i> Pada Kelompok Media Latihan Tali Dengan Konsentrasi Rendah .....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program Latihan.....	92
2. Ranking Nilai Konsentrasi .....	96
3. Matcing Hasil Tes Konsentrasi .....	97
4. Uji Persyaratan Anava.....	100
5. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 Ke Z.....	108
6. Nilai Kritis L Untuk Uji <i>Lilliefors</i> .....	109
7. Nilai Persentil Untuk Distribusi F.....	110
8. Nilai Persentil Untuk Distribusi $X^2$ .....	111
9. Tabel Chy Kuadrat .....	113
10. Dokumentasi .....	114

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan kegiatan yang terbuka bagi semua orang sesuai dengan kemampuan, kesenangan dan kesempatan. Tanpa membedakan hak, status sosial, dan derajat di masyarakat, olahraga dilakukan oleh berbagai unsur dari lapisan masyarakat seperti menteri, pegawai rendah, pengusaha, buruh, angkatan bersenjata, bahkan di kalangan orang cacat sekalipun. Rosdiani (2012: 62) menyatakan, olahraga kian merasuk ke setiap lapisan masyarakat dan melembaga sebagai perantara sosial dan berkembang sebagai bagian dari budaya manusia. Pendek kata olahraga dilakukan dan menarik bagi semua orang tanpa memandang jenis ras, kepercayaan, politik dan geografi.

Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistematis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan, pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa. Kategori olahraga di bagi menjadi tiga yaitu, olahraga pendidikan, olahraga prestasi dan olahraga rekreasi.

Menurut UU No 11 Tahun (2022) “Olahraga masyarakat adalah yang dilakukan oleh masyarakat berdasarkan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat yang dilakukan secara terus-menerus untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan”. Sedangkan untuk mencapai tujuan nasional tersebut ada 3 ruang lingkup pembinaan dan pengembangan olahraga meliputi: 1) olahraga rekreasi, 2) olahraga prestasi, 3) olahraga pendidikan. Selain itu juga tujuan

yang mendasari orang melakukan aktivitas olahraga untuk menjaga kesehatan, dan bahkan untuk memperoleh prestasi.

Perkembangan prestasi olahraga tentunya perlu wadah untuk menampung bibit atlet yang nantinya akan disosialisasikan diberbagai kalangan sebagai pengenalan olahraga prestasi yang memiliki potensi yang besar. Olahraga prestasi akan berkembang dengan adanya pembinaan yang baik. Salah satunya adalah olahraga Petanque. Selain itu juga perkembangan olahraga Petanque dapat di lihat dari banyaknya pengurusan yang mulai masuk di beberapa Provinsi di Indonesia (Pelana, 2020). Salah satunya adalah pengurusan Petanque di Provinsi Sumatra Barat yang bergabung pada tahun 2021. Petanque Sumatra Barat merupakan salah satu tempat latihan dan pembibitan atlet-atlet yang ingin mengembangkan bakat dalam olahraga Petanque dari berbagai kelompok usia di Provinsi Sumatra Barat.

Petanque di Indonesia tergolong olahraga yang mulai berkembang, Petanque sendiri memasuki Indonesia tahun 2011. Petanque di pertandingkan pada *event* seperti Kejurda, Kejurnas, POMNas, PON, SEA Games, dan *event* terbuka nasional lainnya. Induk organisasi Petanque di Indonesia yaitu Federasi Olahraga Petanque Indonesia (FOPI). Olahraga Petanque merupakan olahraga yang memiliki 11 nomor pertandingan, yaitu *single man*, *single woman*, *double man*, *double woman*, *double mix*, *triple man*, *triple woman*, *triple mix 1 woman 2 man*, *triple mix 2 woman 1 man*, *shooting men*, *shooting woman*, beregu. Dalam permainan Petanque terdapat dua teknik lemparan, yaitu *pointing* dan *shooting*. Menurut Souef, (2015) *Shooting* adalah teknik menghantar bola dengan tujuan menjauhkan bola besi lawan dari boka target sejauh mungkin. Dalam permainan Petanque ada tiga jenis *shooting* seperti : *Carreau*, *Short Shot*, dan *Ground Shot*.

Dalam olahraga Petanque tujuannya adalah untuk mencetak poin dengan membuat bosi lebih dekat ke target dari pada bosi lawan setelah semua bosi dilemparkan. Hal ini di capai dengan melempar atau mengelindingkan bosi lebih dekat ke target kecil yang secara resmi disebut *jack* tetapi lebih di kenal dengan sebutan boka, atau dengan memukul bosi lawan menjauh dari *jack* sambil berdiri didalam lingkaran dengan kedua kaki tidak boleh menyentuh sirkel. Permainan

Petanque biasanya di mainkan di tanah yang keras atau kerikil yang ukuran panjang lapangan 15 meter dan lebar 2 – 4 meter.

Di dalam melakukan *shooting*, di perlukan akurasi untuk menghasilkan lemparan yang tepat pada target yang dituju. (Sutrisna et al., 2018; Taufik et al., 2020). Teknik dasar yang harus dikuasai dalam pelaksaan olahraga petanque yakni teknik dasar *pointing* dan *shooting*. (Santosa & Imron, 2021; Suwiwa et al., 2022). Teknik dasar *shooting* umumnya di gunakan untuk menjauhkan bola lawan dari bola kayu sedangkan tekni dasar *pointing* digunakan untuk mendekatkan bola besi ke bola kayu agar mendapatkan poin (Imron et al., 2021). Pada permainan Petanque teknik *shooting* umumnya lebih banyak di gunakan untuk mendapatkan poin sehingga dapat memenangkan permainan (Bustomi et al., 2020; Zainuddin et al., 2022). Terdapat juga komponen kondisi fisik yang mendukung keberhasilan *shooting*, komponen kondisi fisik tersebut menurut Hanief & Purnomo, (2019) di antaranya tinggi badan, panjang lengan, panjang telapak tangan, kekuatan otot lengan, kelentukan, keseimbangan, power otot lengan, kekuatan, konsentrasi dan koordinasi mata-tangan. Beberapa komponen kondisi fisik tersebut adalah upaya yang bisa ditingkatkan saat melakukan *shooting* sehingga hasil yang akan di capai bisa didapat dengan optimal, kondisi fisik juga merupakan salah satu aspek yang harus di miliki atau di penuhi untuk mencapai prestasi.

Olahraga Petanque di Univesitas Negeri Padang saat ini sudah mulai berkembang pada tahun 2021, untuk sekarang jumlah total ada 30 atlet. Cabang olahraga Petanque sudah banyak mengikuti *event* seperti Kejurnas, Kejurwil, Kejuaraan Open. Namun olahraga Petanque di Universitas Negeri Padang dalam perkembangan latihan bermain *game* dan melempar bola belum banyak yang memahami cara dan teknik yang benar saat melakukan gerakan lemparan bosi. Dilihat dari beberapa pertandingan yang telah di ikuti oleh atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang dalam lemparan *shooting* masih sering tidak mengenai target.

Berdasarkan hasil studi awal di ketahuai bahwa capaian prestasi Petanque di Universitas Negeri Padang belum menunjukkan hasil sesuai harapan. Hal ini

dapat di ketahui dari hasil observasi kepada pengurus FOPI Universitas Negeri Padang data hasil kejuaraan yang di peroleh pada ajang Kejurnas dan Kejurwil tidak mendapatkan medali, namun *Open Tournament* se-Provinsi Riau Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang mendapatkan pencapaian medali perak di nomor *double women* dan untuk di nomor *shooting* belum ada atlet yang menyumbangkan medali untuk Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang.

Hasil pengamatan dari pelatih di lapangan menunjukkan kurangnya tingkat akurasi atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang yaitu rata-rata saat melakukan *shooting* dengan kesempatan 50 bola atlet tersebut hanya sekitar 15-20 target yang tepat sasaran, hal ini juga di perkuat oleh fakta yang menunjukkan pada saat bertanding atlet cenderung sering melakukan teknik *pointing* saja di bandingkan *shooting* padahal saat kondisi tertentu atlet harus menggunakan teknik *shooting*, dari cacatan pertandingan pun rata-rata dari 20 kesempatan *shooting* atlet hanya mampu mendapatkan 10 yang tepat sasaran. Artinya hanya 50 % tingkat keberhasilan yang di dapatkan atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang.

Dari hasil observasi maka peneliti menyimpulkan bahwa prestasi yang di dapatkan oleh atlet Unit Kegiatan petanque Universitas Negeri Padang masih belum ada peningkatan. Dapat di lihat dari hasil kejuaraan yang telah di ikuti pada ajang kejuaraan nasional maupun kejuaraan daerah. Oleh karena itu, melihat atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang masih kurang konsisten pada saat melakukan *shooting* di karenakan kurangnya variasi latihan sehingga tidak maksimal saat melakukan lemparan.

Banyak faktor yang menentukan kualitas latihan, salah satunya adalah kualitas dari program latihan yang disusun oleh pelatih. Pelatih harus menyusun program latihan sesuai kebutuhan masing-masing altet karena didalam olahraga Petanque adalah olahraga yang individu dan membutuhkan akurasi. Untuk melakukan program latihan maka pelatih perlu menyusun media-media latihan berdasarkan literasi yang diketahui telah banyak media latihan yang dapat dilakukan dalam cabang olahraga Petanque. Namun demikian perlu di ketahui

mana yang lebih efektif dan mana yang lebih tepat untuk menghasilkan sebuah akurasi yang positif bagi para atlet, dalam penelitian ini peneliti mencoba untuk mengetahui tingkat efektivitas masing-masing media latihan, selanjutnya akan di hubungkan dengan tingkat konsentrasi para atlet. Dalam penelitian ini akan di kembang kan adalah media latihan *cone* dan model latihan tali, dua media latihan ini merupakan yang bisa di terapkan dalam permainan Petanque karena sifatnya adalah *cone* sebagai media pembantu dan tali sebagai media pembantu pembentuk garis khayal.

Media latihan *cone* adalah latihan yang di lakukan dengan media *cone* yang di letak kan secara sejajar dengan lebar 30 cm dan meletakkan bosi sasaran di antara *cone* dengan jarak melempar sejauh 6 meter terhitung dari depan sirkel sampai ke bosi sasaran. Media latihan *cone* bertujuan melatih konsentrasi dan fokus serta tingkat kelurusan lemparan ke target, Pelana (2016). Media ini mempermudah atlet dalam melakukan latihan *shooting* karena atlet akan berpatokan ke *cone* yang di letakkan secara sejajar dan meletakkan bosi ssaran tepat berada diantara *cone*.

Media latihan tali adalah latihan yang menggunakan media tali sebagai landasan atau patokan untuk melempar dan di ujung tali di letak kan bosi sasaran dengan jarak melempar 6 meter terhitung dari panjang tali yang digunakan. Media latihan menurut Winkel (2004: 321) menyatakan: peralatan yang dapat digunakan atau tidak digunakan, tergantung dari tujuan instruksional, keadaan siswa yang aktual, materi latihan, prosedur di daktis dan bentuk pengelompokkan atlet maka, tersedianya sejumlah media latihan, memberikan sejumlah alternatif kepada pelatih untuk memilih alat mana yang paling sesuai dengan mengingat keuntungan dan kelemahan dari masing-masing media latihan Media latihan tali bertujuan untuk melatih tingkat kelurusan lemparan ke target dan melatih konsentrasi serta fokus atlet dalam melakukan *shooting*. Menurut Andy Kurniawan Wahyudi (2019:294) Media tali merupakan media rancangan yang secara khusus di ciptakan untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu Media ini mempermudah atlet dalam melakukan *shooting* karena atlet akan menjadikan tali

sebagai landasan atau patokan untuk meningkatkan kelurusan *shooting* ke arah bosi sasaran.

Konsentrasi berperan penting dalam olahraga Petanque terutama di nomor *shooting* karena bila berkurang atau terganggunya konsentrasi atlet pada latihan maupun pertandingan akan menimbulkan masalah karena untuk menghasilkan skor sebanyak mungkin di butuhkan juga konsentrasi yang tinggi. Loehr (1986: 81) menyatakan atlet yang memiliki konsentrasi akan mampu mengendalikan aliran energi positif dan energi negatif, seperti atlet tidak mampu mengelola berbagai tekanan yang menimpa dirinya berarti atlet tidak memiliki konsentrasi yang baik. Menurut Maksum (2011) konsentrasi merupakan kondisi sadar dari seorang yang terfokus pada satu objek dalam waktu tertentu.

Berdasarkan pernyataan di atas, dalam setiap permainan di butuhkan konsentrasi yang baik bagi setiap atlet untuk bisa menghasilkan tujuan yang di inginkan terutama pada olahraga petanque yang dimana konsentrasi sangat berperan penting dan setiap atlet harus memiliki konsentrasi yang baik yang bertujuan agar seorang atlet bisa melakukan akurasi *shooting* yang baik didalam permainan Petanque.

Dengan melihat latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul: “Pengaruh Media Latihan dan Konsentrasi Terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang” dengan alasan masih kurangnya akurasi *shooting* dan konsentrasi atlet Unit Kegiatan petanque Universitas Negeri Padang pada saat bermain *game*.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa faktor penyebab yang berkaitan langsung dengan masalah penelitian variabel tersebut adalah sebagai berikut :

1. Akurasi *shooting* pada atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang masih belum sesuai target yang ingin dituju.
2. Penguasaan teknik *shooting* Petanque yang belum maksimal pada saat latihan.

3. Lemahnya fokus perhatian dan bermain pada saat *shooting* atlet Unit Kegiatan petanque Universitas Negeri Padang.
4. Faktor kondisi fisik yang mempengaruhi akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang.
5. Kompetisi yang masih minim di ikuti sehingga belum memberikan banyak pengalaman bertanding terutama pada nomor *shooting*.
6. Kemampuan teknik yang belum sepenuhnya optimal terutama dalam teknik *shooting* olahraga Petanque

#### **C. Pembatasan Masalah.**

Berdasarkan identifikasi masalah yang di kemukakan, banyak faktor yang di duga dapat mempengaruhi akurasi *shooting* dalam permainan petanque. Mengingat keterbatasan yang dimiliki penulis maka perlu di lakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini meliputi empat variabel seperti .

Media latihan *shooting* sebagai variabel bebas yang terdiri dari dua jenis media latihan *cone* dan media latihan tali, variabel moderatornya adalah konsentrasi yang terdiri dari dua kategori konsentrasi tinggi dan konsentrasi rendah. Sementara variabel terikatnya adalah akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang.

#### **D. Perumusan Masalah.**

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh antara media latihan *cone* dan media tali terhadap akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang?
2. Apakah terdapat interaksi antara media latihan dan konsentrasi terhadap akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang?
3. Apakah terdapat pengaruh antara media latihan *cone* dan media tali terhadap akurasi *shooting* bagi atlet yang mempunyai konsentrasi tinggi ?
4. Apakah terdapat pengaruh antara media latihan *cone* dan media tali terhadap akurasi *shooting* bagi atlet yang mempunyai konsentrasi rendah?

### **E. Tujuan Penelitian.**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Pengaruh media latihan *cone* dan tali terhadap akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang .
2. Terdapat interaksi bentuk latihan dan konsentrasi terhadap akurasi *shooting* atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang.
3. Perbedaan pengaruh antara media latihan *cone* dengan media tali pada konsentrasi tinggi
4. Perbedaan pengaruh antara media latihan *cone* dan media tali terhadap akurasi *shooting* pada konsentrasi rendah .

### **F. Manfaat Penelitian**

#### **1) Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat sebagai ilmu pengetahuan dan bahan informasi tentang seberapa besar Pengaruh Media Latihan Dan Konsentrasi Terhadap Akurasi *Shooting* Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang.

#### **2) Manfaat Secara Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat untuk :

1. Atlet Unit Kegiatan Petanque Universitas Negeri Padang, sebagai acuan untuk introspeksi atau penilaian diri dalam rangka meningkatkan proses latihan sebagai upaya untuk meningkatkan akurasi *shooting* pada permainan Petanque untuk menunjang prestasi.
2. Pelatih dan pendidik, sebagai pedoman dan bahan pertimbangan dalam memilih media latihan yang tepat untuk peningkatan akurasi *shooting* dalam permainan Petanque.
3. Peneliti, dapat menambah pengetahuan untuk memperluas wawasan dalam kajian ini dan sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Magister Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

## **G. Kebaharuan dan Orisinalitas**

### **a. Media Latihan *Shooting* Permainan Petanque**

Bompa (1994) mengemukakan bahwa dalam istilah umum, media latihan adalah suatu tiruan dari aslinya yang memuat bagian khusus suatu fenomena yang diamati atau diselidiki. Hal tersebut juga suatu jenis bayangan *isomorphosa* ( sama dengan bentuk pertandingan ) Sedangkan menurut Syaiful dan Aswan (2010: 134) Mengatakan sebagai alat bantu dalam proses belajar mengajar, media mempunyai beberapa fungsi.

Nana Sudjana (1991) merumuskan fungsi media latihan menjadi enam kategori, sebagai berikut : a. Penggunaan media dalam proses belajar melatih bukan merupakan fungsi tambahan, tetapi mempunyai fungsi sendiri sebagai alat bantu untuk mewujudkan situasi belajar melatih yang efektif. b. penggunaan media latihan merupakan bagian yang integral dari keseluruhan situasi melatih. ini berarti bahwa media latihan merupakan salah satu unsur yang harus dikembangkan oleh pelatih. c. Media latihan dalam melatih, penggunaannya integral dengan tujuan dari isi pelajaran. Fungsi ini mengandung pengertian bahwa penggunaan (pemanfaatan) media harus melihat kepada tujuan dan bahan latihan. d. Penggunaan media dalam melatih bukan semata-mata alat hiburan, dalam arti digunakan hanya sekedar melengkapi proses latihan supaya lebih menarik perhatian siswa. e. Penggunaan media dalam latihan lebih diutamakan untuk mempercepat proses latihan dan membantu atlet dalam menangkap pengertian yang diberikan pelatih. f. Penggunaan media dalam latihan diutamakan untuk mempertinggi mutu latihan. Dengan perkataan lain, menggunakan media, hasil belajar yang dicapai atlet akan tahan lama diingat atlet, sehingga mempunyai nilai tinggi.

### **b. Media Latihan *Cone***

Media latihan menurut Winkel (2004: 321) menyatakan: peralatan yang dapat di gunakan atau tidak digunakan, tergantung dari tujuan instruksional, keadaan siswa yang aktual, materi latihan, prosedur di daktis dan bentuk pengelompokan atlet maka, tersedianya sejumlah media latihan,

memberikan sejumlah alternatif kepada pelatih untuk memilih alat mana yang paling sesuai dengan mengingat keuntungan dan kelemahan dari masing-masing media latihan.

Kondisi seperti ini akan menjadikan mutu atlet berjalan lamban sebab masih belum banyak kreatifitas dan inovasi baru untuk menciptakan media latihan. Maka di butuhkan kreatifitas dan inovasi baru guna terciptanya media latihan yang lebih bervariasi dan efektif. Dengan adanya media latihan yang bervariasi di harapkan dapat lebih membangkitkan aktivitas praktik dan kompetensi yang di harapkan Irawadi (2011).

Media latihan *cone* merupakan bentuk latihan yang di lakukan menggunakan *cone* sebagai landasan atau patokan seorang atlet untuk melakukan latihan *shooting*, latihan ini di lakukan dengan jarak 6 meter terhitung dari bosi sasaran sampai ke depan sirkel. Media latihan menggunakan media *cone* ini bertujuan untuk melatih fokus dan konsentrasi seorang atlet dalam melakukan *shooting* kearah bosi sasaran dan juga untuk meningkatkan kelurusan lemparan ke bosi sasaran atau target. Media latihan *cone* bertujuan melatih konsentrasi dan fokus serta tingkat kelurusan lemparan ke target, Pelana (2016). Keuntungan dari media latihan ini sangat mudah dilakukan karena latihan ini hanya menggunakan *cone* yang diletakkan secara sejajar dengan lebar 40 cm dan bosi sasaran di letakkan diantara *cone*.

### **c. Media Latihan Tali**

Media latihan tali berbeda dengan media latihan *cone*, pembedanya yaitu media latihan ini menggunakan tali sebagai landasan atau patokan pada saat melakukan latihan *shooting*. Pada latihan ini atlet berpatokan ke tali yang di tarik sepanjang 6 meter untuk melakukan *shooting* kearah bosi sasaran yang berada di ujung tali. Menurut Andy Kurniawan Wahyudi (2019:294) Media tali merupakan media rancangan yang secara khusus diciptakan untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu.

Media latihan menurut Winkel (2004: 321) menyatakan: peralatan yang dapat di gunakan atau tidak di gunakan, tergantung dari tujuan instruksional, keadaan siswa yang aktual, materi latihan, prosedur di daktis dan bentuk pengelompokkan atlet maka, tersedianya sejumlah media latihan, memberikan sejumlah alternatif kepada pelatih untuk memilih alat mana yang paling sesuai dengan mengingat keuntungan dan kelemahan dari masing-masing media latihan. Sedangkan menurut Syaiful dan Aswan (2010: 120) Bila media adalah sumber latihan, maka secara luas media dapat diartikan dengan manusia, benda, ataupun peristiwa yang memungkinkan anak didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan.

Media latihan tali bertujuan untuk meningkatkan fokus dan konsentrasi seorang atlet Petanque dalam melakukan *shooting* kearah bosi sasaran dan meningkatkan kelurusan lemparan kearah bosi sasaran atau target. (Pelana et al., 2020) “mengatakan keterampilan *shooting* merupakan salah satu teknik dasar pada permainan Petanque, keterampilan *shooting* adalah keterampilan yang di gunakan untuk mengusir bosi lawan dari boka. Namun disisi lain teknik *shooting* lebih sulit di kuasai ketimbang teknik *pointing* karena atlet dituntut untuk memiliki tingkat akurasi yang tinggi”.

#### **d. Konsentrasi**

Konsentrasi adalah saat seorang berada dalam keadaan sadar dan tertuju pada objek yang dituju dan tidak bisa teralihkan pada hal lain yang dapat mengganggu. Sedangkan menurut Maksun (2011) konsentrasi merupakan kondisi sadar dari seorang yang terfokus pada satu objek dalam waktu tertentu. Konsentrasi ditentukan oleh dua hal yaitu keluasan melebar dan keluasan menyempit, serta arah ke dalam dan arah ke luar menurut Weinberg dan Gould (2014) Keluasan dalam konsentrasi ini mempunyai arti bahwa kondisi seseorang yang menerima rangsang dalam waktu yang bersamaan. Hal itu terjadi saat seorang sadar dan peka akan keadaan lingkungan di sekitar yang mampu mengganggu konsentrasi. Sedangkan konsentrasi dengan keluasan menyempit merupakan keadaan di mana seseorang menerima satu atau dua rangsang secara bersama-sama. Konsentrasi ke

dalam adalah perhatian yang di miliki seorang yang mengarah pada perasaannya sendiri. Sedangkan konsentrasi ke luar adalah fokus perhatian yang terdapat di luar diri seseorang yang berupa bola atau gerakan lawan. Kombinasi dari hal di atas membentuk empat jenis konsentrasi yaitu: (a) Meluas ke dalam, (b) meluas ke luar, (c) menyempit ke dalam, dan (d) menyempit ke luar.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi baik dari luar maupun dari dalam pemain. Faktor yang mempengaruhi konsentrasi adalah otak, karena otak merupakan unsur yang paling utama dalam diri manusia. Konsentrasi sangat penting pada suatu pertandingan bagi atlet hal tersebut dapat berpengaruh pada berhasilnya sebuah pertandingan Gustian (2016). Seringkali pemain mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatiannya atau konsentrasi pada saat pertandingan. Tekanan psikologi juga dapat mengganggu performa pemain dalam pertandingan, tekanan tersebut dapat berupa sorakan penonton, alunan musik yang keras, kata-kata yang menyakitkan dari berbagai pihak.