

## Hubungan Konsentrasi terhadap Hasil Shooting Atlet Petanque Universitas Negeri Padang

Jovi Boy Sandy, Atradinal, Nurul Ihsan, Frizki Amra

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang  
[joviboysandy12@gmail.com](mailto:joviboysandy12@gmail.com), [atradinal@fik.unp.ac.id](mailto:atradinal@fik.unp.ac.id), [nurul\\_ikhsan@fik.unp.ac.id](mailto:nurul_ikhsan@fik.unp.ac.id),  
[frizkiamra@fik.unp.ac.id](mailto:frizkiamra@fik.unp.ac.id)

**Kata Kunci** : Konsentrasi, shooting, petanque

**Abstrak** : Masalah dalam penelitian ini yaitu Hasil Shooting Atlet Petanque Universitas Negeri Padang yang belum begitu baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Konsentrasi terhadap hasil Shooting Atlet Petanque Universitas Negeri Padang. Jenis penelitian korelasional, Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh atlet yang berjumlah 20 orang. Teknik pengembangan menggunakan teknik sensus. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 orang. Data dikumpulkan menggunakan pengukuran terhadap dua Variabel untuk Konsentrasi menggunakan test Grid Concentration test sedangkan hasil shooting yaitu dengan menggunakan test Station shooting game. Data dianalisa menggunakan rumus korelasi sederhana Hasil penelitian menunjukkan bahwa Konsentrasi mempunyai hubungan signifikan dengan hasil shooting petanque dan diterima kebenarannya secara empiris, dengan  $t_{hitung} = 14,0484 > t_{tabel} 1,734$

**Keywords** : Konsentrasi, shooting, petanque

**Abstract** : *The problem in this study is that the results of the Petanque Athlete Shooting at Padang State University were not very good. This study aims to determine the relationship between concentration and the results of Shooting Petanque Athletes, Padang State University. This type of correlational research, the population in this study were all athletes, totaling 20 people. The development technique uses census techniques. This the number of samples in this study were 20 people. Data was collected using measurements of two variables for concentration using the Grid Concentration test while the shooting results were using the Station shooting game test. Data were analyzed using a simple correlation formula. The results showed that concentration had a significant relationship with the results of shooting petanque and was empirically accepted, with  $t_{count} = 14.0484 > t_{table} 1.734$*

### PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kebutuhan setiap manusia karena olahraga sangat penting bagi kesehatan. Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, baik itu secara rohani maupun jasmani. Peranan olahraga sangat berguna dalam kehidupan manusia, melalui olahraga dapat menciptakan masyarakat yang sehat jasmani dan rohani.

Olahraga saat ini menjadi gejala sosial yang telah tersebar di seluruh dunia. Olahraga telah menjadi sarana rekreasi, pendidikan, prestasi, dan kesehatan.

Olahraga dapat dijadikan sebagai alat untuk mengharumkan bangsa di persaingan Internasional. Alasan ini menunjukkan bahwa pembinaan olahraga sangat penting dan tidak bisa diabaikan karena mempunyai

peran yang sangat besar dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional. Selain itu, upaya peningkatan prestasi olahraga, perlu dilaksanakan pembinaan olahragawan sedini mungkin melalui pencarian dan pemantauan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara lebih efektif serta peningkatan kualitas organisasi olahraga baik tingkat pusat maupun tingkat daerah ( Okilanda dkk : 2018).

Olahraga merupakan bagian aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahragamemberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. (Saputra, M. A., & Asmi, A.)

Olahraga merupakan sebuah aktivitas manusia yang bertujuan untuk mencapai kesejahteraan (sejahtera jasmani dan sejahtera rohani) manusia itu sendiri (Sembiring dkk, 2018). Secara umum, pengertian dari olahraga merupakan suatu rangkaian kegiatan dari keterampilan gerak atau memainkan sebuah objek, yang telah di susun secara sistematis dan terstruktur dengan menggunakan suatu batasan – batasan aturan tertentu dalam pelaksanaannya (Anggriawan, 2015). Kegiatan olahraga salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia bangsa Indonesia. Keberhasilan pembangunan nasional sangat dipegaruhi oleh kualitas sumber daya manusia. Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia. Oleh karena itu, pihak dari pemerintah Indonesia wajib memiliki tekad yang kuat untuk memajukan olahraga di Indonesia. Tidak hanya olahraga yang sudah lama berada di Indonesia, melainkan olahraga – olahraga baru. Meskipun petanque termasuk ke dalam cabang olahraga yang sudah cukup

lama, namun perkembangannya di Indonesia masih tergolong baru.

Dalam perkembangan olahraga di Indonesia sejauh ini banyak olahraga-olahraga terbaru masuk ke Indonesia salah satunya olahraga Petanque. Petanque merupakan olahraga tradisional yang berasal dari Negara Perancis yang sudah berkembang sejak zaman Yunani Kuno sekitar abad ke-6 SM. Olahraga ini menjadi lebih modern ketika diperkenalkan oleh Jules Boule Lenoir pada tahun 1907 dikota L Ciontat, di Provence, di Selatan Perancis. Olahraga Petanque merupakan olahraga permainan melempar bola besi mendekati bola kayu (boka). Ukuran lapangan standarnya 4 m x 15 m di tanah keras, gravel, batu, dan rumput. Permainan ini muncul pada tahun 1997 diLaciatat di Provencal di Selatan Prancis. Federasi internasional Petanque di dunia dibawah naungan FIPJP (Federation Internasional de Petanque Jeu Provencal) sedangkan di wilayah asia dibawah naungan APSBC (Assosiation Petanque And Sport Boules Confederation).

Olahraga ini belum lama lahir di Indonesia. Olahraga Petanque merupakan olahraga terbaru yang masuk ke Indonesia dan hakikatnya menyerupai olahraga tradisional. Meskipun tergolong olahraga baru di Indonesia, olahraga Petanque termasuk olahraga yang sudah punya nama di dunia, negara-negara yang kuat dan konsisten mengembangkan olahraga Petanque adalah negara-negara yang pernah dijajah oleh Prancis, yang merupakan negara yang melahirkan olahraga tersebut. Petanque termasuk olahraga yang masih asing dikalangan masyarakat tetapi olahraga ini sudah memiliki organisasi yaitu FOPI (Federasi Olahrag Petanque Indonesia) yang didirikan 18 Maret 2011 yang diketuai oleh

Caca Isa Saleh setelah mendapat tugas dari Koni Sumatera Selatan dan Gubernur Sumatera Selatan untuk membantu tim Petanque Indonesia dalam menghadapi SEA GAMES XXVI di Palembang.

Petanque merupakan olahraga baru di Sumatera Barat khususnya dilingkungan Fakultas Ilmu Keolahraagaan UNP. Menurut Irahm (2022) Olahrag Petanque ini sudah nilai berkembang pada tahun 2021.

Olahraga Petanque telah melakukan eksebisi pada "Pertemuan Ilmiah dan Kejuaraan LPTK (Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan) Cup IX Tahun 2019" di Universitas Negeri Padang. Kejuaraan ini dilaksanakan pada tanggal 2 Novemver s.d 3 November 2019. Peserta yang mengikuti kejuaraan ini adalah dosen aktif PNS. Atlet Petanque FIK UNP telah mengikuti lomba Pekan Prestasi Mahasiswa Nasional (Olahraga, Karya Ilmiah, dan Seni) 2021 cabang olahraga Petanque yang diadakan oleh Universitas Negeri Semarang yang dilaksanakan pada tanggal 27- 29 Juli 2021. Dalam kejuaraan ini nomor yang dipertandingkan adalah shooting dan freestyle. Kejuaraan ini pertama kalinya diikuti oleh atlet Petanque UNP yang dikirim sebanyak 4 orang yaitu 2 putra dan 2 putri sesuai nomor pertandingan masing-masing. Kejuaraan ini secara virtual mengingat bahwa pandemi COVID- 19 belum berakhir.

Petanque Universitas Negeri Padang telah mengikuti kejuaraan nasional di Jakarata yang diadakan di Universitas Negeri Jakarta pada tanggal 9-10 November 2021. Setelah kejuaraan nasional, Petanque UNP telah berhasil menyelenggarakan kejuaraan wilayah mahasiswa se-Sumatera pertama kali di Sumatera Barat tujuan untuk mencari pengalaman dan mengetahui kemampuan atlet Petanque. Dalam hasil pertandingan dan pengamatan peneliti disini peneliti

melihat ada kelemahan atlet saat melakukan lemparan bola besi yaitu kurangnya konsentrasi yang masi kurang.

Menurut Ihsan, N., & Suwirman, S.(2018 ), Konsentrasi sangat penting dalam setiap aktivitas. Konsentrasi pikiran merupakan salah satu faktor internal yang diyakini mempengaruhi penguasaan keterampilan

Dalam menunjang prestasi olahraga secara umum ada beberapa aspek yaitu, aspek biologi, aspek psikologi, aspek lingkungan, dan aspek penunjang Pelana(2016 ).

Unit Keolahraagaan Petanque meruapakan salah satu UK yang berada di Fakultas Ilmu Keolahraagaan yang bergerak dalam kegiatan olahraga, Pentanque merupakan cabang olahraga yang baru di Indonesia dan mulai berkembang di Sumatera Barat, khususnya Fakultas Ilmu Keolahraagaan UNP yang telah membuat UK Petanque pada tahun 2019. Dengan berjalannya waktu UK Pentanque mulai berkembang dan telah mulai mengikuti tournament open seperti kejuaran nasional, kejuaran tingkat daerah, bahkan sekarang cabang olahraga petanque telah masuk dalam 14 cabang olahraga yang diperlombakan di POMNAS XVII tahun 2022 di Sumatera Barat dan Universitas Negeri Padang sebagai tuan rumah, UK Pentanqu menciptakan atlet-atlet yang akan siap di ikut sertakan dalam kegiatan atau tournament cabang olahraga petanque. Dari awalnya hanya beberapa orang yang mengenal petanque dan mau mempelajari petanque namun seiring berjalan dengan waktu Petanque telah disosialisasikan kepada kalangan masyarkat dan akademisi baik mahasiswa dan para dosen dan tenaga pedidikan di Universitas Negeri Padang.

Karakter olahraga Petanque cenderung membutuhkan akurasi, siapapun yang mau

bermain Petanque tidak peduli berapa umur, jabatan, jenis kelamin diperbolehkan bermain Petanque., berdasarkan tujuan mekanika utamanya permainan Petanque termasuk kedalam cabang olahraga yang mempunyai tujuan.

Untuk lemparan Petanque harus mencapai ketepatan maksimal. Artinya lemparan yang dilakukan harus tepat mengenai sasaran tertentu untuk mendapatkan point kemenangannya. Petanque adalah suatu bentuk permainan boules yang tujuannya melemparkan bola besi sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut cochonnet (jack) dan kaki harus berada di lingkaran kecil.

Di dalam melakukan shooting, terdapat komponen-komponen yang mempengaruhi shooting yaitu, pegangan bosi, posisi badan mengarah ketarget, panjang lengan, kekuatan otot lengan, koordinasi, kinestetik, power, konsentrasi, dan release bosi. Peneliti melihat ketika didalam melakukan shooting masi banyak melakukan kesalahan, salah satunya saat melakukan shooting kurang konsentrasi yang kurang dari atlet Petanque Universitas Negeri Padang baik itu saat berlatih maupun pertandingan sehingga berpengaruh terhadap ketepatan hasil shooting.

konsentrasi sangat berperan penting dalam ketepatan shooting dalam olahraga Petanque, karena dalam me-release bola kita harus membutuhkan konsentrasi untuk melihat dengan jelas sewaktu melempar bola ke target. Selain konsentrasi, akurasi juga diperlukan dalam melempar bola harus memiliki akurasi yang baik agar sasaran shooting tepat. Dalam olahraga konsentrasi sangat berperan penting dalam ketepatan shooting. Selain itu konsentrasi yang baik akan meningkatkan akurasi dalam melempar bola Petanque. Ketika akurasi dan konsentrasi ada yang kurang maka akan

mengakibatkan ketepatan bola untuk mengenai sasaran pun akan rendah . Karena ketika akan melempar bosi, mata kita harus melihat sasaran yang kita tuju serta tangan yang memegang bosi meluruskan sesuai dengan arah dimana sasaran itu berada agar ketika kita melempar bosi bisa mendekat dengan sasaran yang kita tuju.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan metode korelasi dengan pendekatan cross sectional. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah konsentrasisi (X) dan variabel terikat Hasil shooting (Y). Hardani, dkk. (2020) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian Populasi dalam penelitian ini adalah atlet *Petanque* Universitas Negeri Padang yang berjumlah 20 atlet Cara pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *purporsive sampling*. *Total sampling* adalah Merupakan pengambilan seluruh populasi sebagai sampel dalam sugiyono (2016 ) Maka sampel yang dimiliki sebanyak 20 atlet *petanque* Universitas Negeri Padang. Teknik analisis data yang digunakan menggunakan analisis Kolerasi sederhana.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Data Konsentrasi (X) atlet *Petanque* Universitas Negeri Padang

Berdasarkan data konsentrasi atlet petanque Universitas Negeri Padang menggunakan tes *grid concentration exercise* diperoleh skor tertinggi sebesar = 24 dan skor terendah

sebesar = 9 skor rata-rata sebesar = 15,2 dan standar deviasi sebesar = 4,01. Untuk lebih jelasnya distribusi konsentrasi atlet petanque Universitas Negeri Padang.

**Tabel 1. Distribusi Data Konsentrasi Atlet Petanque**

N o	Kelas Interval	F a	Fr %	Klasifikasi
1	21 keatas	3	15%	Samgat Baik
2	16-20	3	15%	Baik
3	11-15	13	65%	Sedang
4	6-10	1	5%	Kurang
5	5 Kebawah	0	0%	Sangat Kurang
Jumlah		20	100%	

Berdasarkan dari data konsentrasi atlet petanque Universitas Negeri Padang memiliki kelas interval 21 keatas dengan klasifikasi sangat baik sebanyak 0 orang (00,0%), kelas interval 16-20 dengan klasifikasi baik sebanyak 5 orang (25%), kelas interval 11-15 dengan klasifikasi sedang sebanyak 14 orang (70%), kelas interval 6-10 dengan klasifikasi kurang sebanyak 0 orang (00,0%) dan kelas interval <15 sebanyak 0 orang (00,0%).

**1. Data Hasil shooting (Y) atlet petanque Universitas Negeri Padang**

Berdasarkan data Hasil shooting atlet petanque Universitas Negeri Padang menggunakan tes shooting game dengan 5 station, peserta harus berada di dalam circle dan melempar hanya 1 kali kesempatan berdasarkan jarak yang telah ditetapkan 6 meter, 7 meter, 8 meter, dan 9 meter. Dari hasil lemparan tersebut diperoleh skor tertinggi sebesar 32,00, skor terendah sebesar

7,00, skor rata-rata sebesar 18,00 dan skor standar deviasi sebesar 7,047. Dari hasil data tersebut dapat dijelaskan menggunkan distribusi frekuensi pada Tabel di bawah ini.

**Table 2. Distribusi Data Hasil Shooting**

N O	Kelas Interval	F a	Fr %	Klasifikasi
1	≥ 27	3	15%	Baik Sekali
2	21 – 26	2	10%	Baik
3	15 – 20	10	50%	Cukup
4	9 -14	5	25%	Kurang
5	≤ 8	0	0%	Sangat Kurang
Jumlah		20	100%	

Berdasarkan pada data tabel distribusi di atas sebanyak 20 orang sampel diketahui kelas interval >27 sebanyak 3 orang (15%) dengan klasifikasi baik sekali, kelas interval 21-26 sebanyak 2 orang (10%) dengan klasifikasi baik, kelas interval 15-20 sebanyak 10 orang (50%) dengan klasifikasi sedang, kelas interval 9-14 sebanyak 5 orang (25%) dengan klasifikasi kurang , kelas interval <8 sebanyak 0 orang (0,00%).

**SIMPULAN**

Berdasarkan temuan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsentrasi terhadap Hasil shooting atlet petanque Universitas Negeri Padang diperoleh nilai signifikansi 0,9573 > α 0,05.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggriawan, N. 2015. *Peran fisiologi olahraga dalam menunjang prestasi*. Jorpres (jurnal olahraga prestasi), 11(2).
- Handayani, S. R., & Ramli, M. 2018. *Pengembangan Model Pembelajaran Bermain Kreatif Dan Koordinasi Terhadap Keterampilan Gerak (Motorskills) Mahasiswa Pendidikan Olahraga*. Jurnal Stamina, 1(1), 268-278.
- Ihsan, N., & Suwirman, S. 2018. *Sumbangan Konsentrasi Terhadap Kecepatan Tendangan Pencak Silat*