

KONTRIBUSI KONSENTRASI, TINGGI BADAN, PANJANG LENGAN, DAN PERSEPSI KINESTETIK TERHADAP HASIL POINTING ATLET PETANQUE JAWA TIMUR

Alvian Adha Kristanto

S-1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
E-mail: alvianadha02@gmail.com

Nurkholis

Dosen S-1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
E-mail: nurkholisnurkholis@unesa.ac.id

Abstrak

Petanque adalah permainan menghantarkan bola besi (*bosi*) yang tujuannya untuk mendekatkan menuju bola kayu (*boka*) sebagai targetnya untuk mencetak angka, dan posisi kaki harus berada di dalam lingkaran (*circle*). Permainan petanque pada dasarnya dimainkan dengan menggunakan dua teknik. Yaitu teknik *shooting* dan teknik *pointing*. Teknik *shooting* adalah menjauhkan bola lawan dari target. Teknik *pointing* mendekatkan bola besi menuju target. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa besar sumbangan dari konsentrasi, tinggi badan, panjang lengan, dan persepsi kinestetik, terhadap hasil *pointing* atlet petanque Jawa Timur. Dengan mengetahui besarnya kontribusi dari masing-masing variabel tersebut, maka sebagai pelatih kita diharapkan dapat memberikan metode dan program latihan yang tepat. Sehingga dapat meningkatkan performa atlet petanque Jawa Timur.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis korelasional dan menggunakan metode deskriptif karena menggambarkan berapa besar sumbangan dari masing-masing variabel. Data dari penelitian ini diolah dengan menggunakan aplikasi *SPSS Windows Release 20*. Data dari penelitian ini diambil dari 15 atlet petanque Jawa Timur. Dari semua data yang sudah diolah, secara keseluruhan memberikan kontribusi sebesar 45,6%. Sumbangan terbesar adalah variabel tinggi badan dengan nilai 24,2%. Sumbangan terbesar kedua yaitu variabel konsentrasi dengan nilai 14,3%. Sumbangan terbesar ketiga yaitu variabel panjang lengan dengan nilai 11,8%, sedangkan untuk variabel persepsi kinestetik memiliki nilai negatif dengan nilai -4,7%.

Kata Kunci: Konsentrasi, Tinggi Badan, Panjang Lengan, Persepsi Kinestetik, Pointing, Petanque

Abstract

Petanque is a sport to throw boules with the purpose to place it near the jack as a target to gain points, and both feet has to be inside the circle. Petanque is played with two technique such as shooting and pointing. Shooting is a technique with an intention to make opponent's boules away from the target. Pointing is a technique with the intention to make our boules near the target. This research purpose is to understand the contribution of concentration, height, arm lenght, and kinesthetic perception from the result of east java petanque athlete. By knowing the value from the contribution of each variable, therefore coach should be able to give the perfect method and training program. With the result that increase athlete performance.

This research is using quantitative approach with correlational analysis and uses descriptive methode because it describe hw much is the contribution of each variable. The data from this research were processed with the *SPSS Windows Release 20*. Data from this research were taken from 15 East Java petanque athlete. From all of the data, as whole contributed 45,6%. The biggest contribution is height with 24,2% value, the second biggest contribution is concentration with 14,3% value, the third biggest is arm lenght with 11,8% of value, while kinesthetic perception variable resulting in negative contribution with -4,7%.

Keywords: Concentration, Height, Arm Lenght, Kinesthetic Perception, Pointing, Petanque

Pendahuluan

Olahraga petanque merupakan salah satu olahraga baru yang ada di Indonesia. Perkembangan olahraga ini sangat cepat, terlebih di Jawa Timur. Semenjak berdirinya FOPI Jawa Timur pada tanggal 9 April 2016 hingga sekarang, sudah berdiri pengurus di 17 kota atau kabupaten yang ada di Jawa Timur. Petanque merupakan olahraga prestasi yang mulai diminati oleh banyak orang. Mulai dari anak-anak, dewasa, hingga lansiaupun bisa memainkannya, karena olahraga petanque memiliki karakter yang cenderung membutuhkan akurasi. (Souef, 2015: 20). Kebutuhan fisik olahraga petanque berbeda dengan olahraga lainnya, seperti sepakbola, basket, voli, dan lain sebagainya.

Menurut Smith (1999:2) olahraga petanque pada dasarnya menggunakan dua teknik, yaitu teknik *pointing* dan *shooting*. *Pointing* merupakan teknik untuk mendekatkan bola ke target yang dituju. Sedangkan *shooting* merupakan teknik yang digunakan untuk menjauhkan target. Teknik *pointing* terdapat 3 teknik *pointing* yaitu, *pointing rolling* (bola menyusur tanah), *pointing half-lob* (bola dilambungkan sedikit), *pointing high-lob* (bola dilambungkan tinggi).

Dalam permainan petanque seorang yang melakukan *pointing* disebut *pointer*. *Pointer* juga berfungsi sebagai pengatur strategi dan ritme dalam suatu pertandingan. Oleh dari itu seorang *pointer* sangat berperan penting dalam permainan petanque. Jika seorang *pointer* bermain kurang maksimal maka strategi yang akan digunakan pun juga tidak akan berjalan dengan baik. Bahkan bisa dikatakan peluang memenangkan pertandingan pun juga akan semakin kecil.

Pointing rolling cocok digunakan untuk lapangan yang memiliki tekstur tanah yang padat dan keras. *Pointing half-lob* cocok digunakan untuk semua jenis lapangan. *Pointing high-lob* cocok digunakan untuk jenis lapangan yang soft. Dalam melakukan teknik *pointing* atlet dapat melakukan dengan jongkok ataupun dengan berdiri. *Pointing* jongkok biasanya dilakukan pada jarak 6-8 meter. Sedangkan untuk *pointing* berdiri biasanya dilakukan saat bermain pada jarak 8-10 meter.

Petanque merupakan olahraga yang membutuhkan konsentrasi yang sangat tinggi untuk menunjang teknik *shooting* maupun teknik *pointing*. Karena dalam satu pertandingan petanque dapat membutuhkan durasi waktu bermain 1-3 jam. Oleh karena itu atlet petanque harus bisa menjaga konsentrasi agar dapat melakukan *pointing* dan

shooting dengan hasil yang baik.

Olahraga petanque juga dipengaruhi beberapa faktor, yaitu faktor fisik dan mental. Oleh karena itu atlet petanque harus memiliki fisik yang kuat dan mental bermain yang kuat pula agar atlet mampu bermain dengan konsisten dan stabil dalam bermain petanque, oleh sebab itu penulis sebagai pelaku dalam olahraga petanque di Jawa Timur merasa tertarik dan ingin mengadakan penelitian tentang “Kontribusi Konsentrasi, Tinggi Badan, Panjang Lengan, dan Persepsi kinestetik terhadap hasil *pointing* atlet petanque Jawa Timur”

Antropometri dan Biomotorik Petanque

Konsentrasi adalah kemampuan seseorang secara sadar untuk memfokuskan perhatian pada sesuatu dan tidak dapat diganggu ataupun terpengaruh oleh apapun. (Wilson dkk, 2006:1). Konsentrasi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal misalnya emosi, kecemasan, pikiran dan kelelahan. Faktor eksternal misalnya kondisi dan suasana di sekitar, hingga cuaca. Kurang konsentrasi akan berpengaruh pada mental pemain.

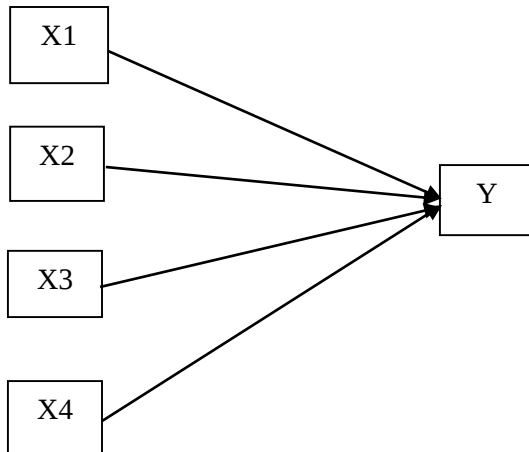
Tinggi badan adalah pengukuran tinggi seseorang dalam posisi berdiri dari ujung bagian atas kepala hingga lantai tempat pengukuran. Tinggi badan berpengaruh dalam olahraga petanque karena semakin tinggi postur atlet petanque, maka semakin luas pula pandangan terhadap target dibandingkan dengan atlet dengan tinggi badan yang pendek.

Panjang lengan adalah jarak antara tulang bagian atas lengan (humerus) sampai tulang hasta (ulna). (Prasetyadi, 2016:24). Panjang lengan berpengaruh dalam melakukan *pointing* karena jika atlet petanque memiliki lengan yang panjang maka jarak antara lepasan (*Release*) bola dengan target akan semakin dekat dibandingkan dengan atlet yang memiliki lengan pendek.

Persepsi kinestetik merupakan kemampuan untuk merasakan gerakan pada tubuh yang dipengaruhi oleh stimulus dan berdasarkan informasi dari sensor indera yang dilakukan secara sadar sehingga tubuh akan memberikan respon. Persepsi kinestetik juga terkadang disebut dengan indera keenam oleh sebagian orang, oleh karena itu pada olahraga petanque atlet juga harus dapat merasakan antara gerakan yang salah dan benar dalam melakukan gerakan *pointing* guna mendapatkan hasil yang maksimal.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Kuantitatif no-eksperimen dengan analisis korelasional. Desain penelitian menggunakan metode penelitian deskriptif karena peneliti ingin menggambarkan besarnya Kontribusi Konsentrasi, Tinggi Badan, Panjang Lengan, dan Persepsi Kinestetik terhadap hasil *pointing* atlet petanque Jawa Timur.



Hasil data dari tes dan pengukuran kemudian diolah dengan menggunakan SPSS For Windows 20

Pembahasan Hasil Data

Salah satu tujuan dari penelitian tersebut adalah memberikan informasi baru yang belum ada sebelumnya dan mengetahui hasil dan kemampuan *pointing* atlet petanque Jawa Timur.

Sesuai dengan tujuannya, hasil dari pengolahan data dan analisis yang dilakukan kepada 15 atlet petanque Jawa Timur memiliki kontribusi dengan nilai sebesar 45,6%. Keempat variabel memiliki nilai Koefisien Korelasi sebesar 0,674. F_{hitung} memiliki nilai sebesar 2,086 lebih kecil dibandingkan dengan nilai F_{tabel} yang memiliki nilai sebesar 3,48. Hal ini menunjukkan bahwa keempat variabel tidak memiliki Korelasi yang signifikan terhadap hasil *pointing*.

Kontribusi variabel Konsentrasi memiliki sumbangan efektif sebesar 14,3% dan sumbangan relatif sebesar 31,3%. Kontribusi variabel Tinggi Badan memiliki sumbangan efektif sebesar 24,2% dan sumbangan relatif sebesar 53%. Kontribusi Panjang Lengan memiliki sumbangan efektif sebesar 11,8% dan sumbangan relatif sebesar 26%. Kontribusi variabel Persepsi Kinestetik memiliki

hasil negatif dengan nilai sumbangan efektif sebesar -4,7% dan sumbangan relatif sebesar -10,3%.

Melihat data di atas banyak yang harus diperhatikan oleh jajaran staf pelatih terutama dalam hal *pointing* atlet. Apabila atlet tidak mengikuti latihan dengan waktu yang lama, kemampuan seorang atlet dalam melakukan *pointing* juga akan menurun. Pelatih harus dapat memberikan program latihan yang tepat guna meningkatkan performa atlet agar lebih berprestasi lagi saat mengikuti pertandingan. Olahraga petanque bukanlah olahraga terukur, sehingga atlet juga harus melakukan secara berulang-ulang agar mendapat feeling bola saat pertandingan. Faktor psikologi atlet juga sangat berpengaruh dalam pertandingan dalam hal ini mental pemain.

Kesimpulan

Hasil dari pengolahan data yang menggunakan SPSS For Windows 20 diketahui bahwa Kontribusi Konsentrasi, Tinggi Badan, Panjang Lengan, dan Persepsi Kinestetik terhadap hasil *pointing* adalah sebagai berikut:

1. Diketahui bahwa kontribusi Konsentrasi (X1) memiliki nilai sumbangan efektif sebesar 14,3% dan sumbangan relatif sebesar 31,3% terhadap hasil *Pointing* (Y) atlet petanque.
2. Diketahui bahwa kontribusi Tinggi Badan (X2) memiliki nilai sumbangan efektif sebesar 24,2% dan sumbangan relatif sebesar 53% terhadap hasil *Pointing* (Y) atlet petanque.
3. Diketahui bahwa kontribusi Panjang Lengan (X3) memiliki nilai sumbangan efektif sebesar 11,8% dan sumbangan relatif sebesar 26% terhadap hasil *Pointing* (Y) atlet petanque.
4. Diketahui bahwa kontribusi Persepsi Kinestetik (X4) memiliki nilai sumbangan efektif sebesar -4,7% dan sumbangan relatif sebesar -10,3% terhadap hasil *Pointing* (Y) atlet petanque.

Saran

1. Jumlah atlet yang mengikuti tes dan pengukuran perlu ditambah lagi, dan jumlah pengulangan tes *pointing* pun juga harus ditambah sehingga dapat mengurangi unsur yang tidak disengaja dalam melakukan tes.

2. Melakukan pengkajian ulang terkait dengan instrumen tes yang cocok untuk digunakan dalam mengambil data.
3. Penelitian ini perlu dikembangkan lagi supaya kemungkinan terjadi kesalahan dalam mengambil data sangat kecil kemungkinannya.
4. Alat yang digunakan dalam mengambil data saat tes juga harus diperbaiki lebih baik lagi supaya hasil tes juga lebih maksimal.

Daftar Pustaka

- Bompa, Tudor O dan Half, G. Gregory. 2009. *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Fifth Edition. United States: Human Kinestics
- Fenanlampir, Albertus dan M.Muhyi Faruq. 2014. *Test dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- FIPJP_____.2011. *Tests de L'Ecole de Petanque Documentation pedagogique*.
- Hadi, Sutrisno. Sutrisno.1987. *Metodologi Research*. Yogyakarta: UGM Yayasan Penertiban fakultas psikologi.
- Hasanuddin.2017. *Peraturan Permainan Olahraga petanque*. Jakarta.
- Jhonson, Barry L dan Nelson, Jack K 1979. *Practical measurements for Valuation Physical Education*. Third edition. United States of America: Burgess Publishing company.
- Jones, Lynette A.2000. kinesthetic sensing (Diunduh 15 Januari 2018 pukul 10.33 WIB)
- Maksum, Ali, 2009. *Statistika Dalam Olahraga*. Surabaya
- Nurkholis.2012. *Penetapan Indikator Fisik dan Psikologis Dalam Identifikasi Bakat Atlet Olahraga Rowing*. (Disertasi yang tidak dipublikasikan), Universitas Negeri Surabaya.
- Smith, Brian W.1999. *Book For Coaching and Organising Tournaments*. Wellington: Wellington Petanque Association INC
- Sukadiyanto dan Muluk, D.2011. Pengantar Teori dan *Metodologi Melatih Fisik Bandung*: Lubuk Agung
- Widiastuti. 2015. *Test dan Pengukuran olahraga*. Jakarta Rajawali Pers.
- Williams, Jean M.2006 *Applied Sport Psychology*. New York: McGraw-Hill
- Wilson, V.E. Dkk.2006. Training Strategies For Concentration. *Journal Applied Sport Psychology: personal Growth to Peak Performance, 5th edition*, Boston: McGraw Hill, 404-422

