

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN DAN *POWER* LENGAN
TERHADAP *SHOOTING* PERMAINAN PETANQUE
MAHASISWA PJKR UNISMUH LUWUK**

Zulkifli Bue¹, Muhammad Salahuddin², Abu Bakar³

¹Universitas Muhammadiyah Luwuk

Email: zulkiflibuepjk@gmail.com

²Universitas Muhammadiyah Luwuk

Email: muhammadsalahuddin252@gmail.com

³Universitas Muhammadiyah Luwuk

Email: abubakarunismuh@gmail.com

Journal Info

Babasal Sport Education

Journal

p-ISSN : 0000-0000

e-ISSN : 2722-1385

DOI : <http://doi.org/>

Volume : 4

Nomor : 1

Issue : 2023

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah 1) Untuk mengetahui Hubungan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk. 2) Untuk mengetahui Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk. 3) Untuk mengetahui Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk. Metode penelitian dengan menggunakan metode penelitian deskriptif. Sampel penelitian ini yaitu 15 mahasiswa. Teknik analisis data menggunakan analisis secara statistik deskriptif. 1) nilai r adalah 0,947 dan nilai Sig. Merupakan $0,000 < \alpha 0,05$, berarti dinyatakan bahwa hipotesis diterima atau ada hubungan yang sangat signifikan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan lemparan shooting. 2) nilai r adalah 0,924 dan nilai Sig.adalah $0,000 < \alpha 0,05$, berarti dinyatakan bahwa hipotesis diterima atau ada hubungan yang sangat signifikan power otot lengan dengan kemampuan lemparan shooting. 3) nilai r adalah 0,983 dan nilai Sig.adalah $0,000 < \alpha 0,05$, berarti dinyatakan bahwa hipotesis diterima atau ada hubungan yang sangat signifikan secara bersama antara koordinasi mata-tangan dan power otot lengan dengan kemampuan lemparan shooting permainan olahraga petanque pada mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Keywords:

Koordinasi Mata Tangan,
power otot lengan, *shooting*,
Petanque

PENDAHULUAN

Permainan petanque merupakan sebuah permainan yang dimainkan dilapangan dengan ukuran 4 X 15 m, dengan menggunakan bola besi dan bola kayu sebagai alat dalam permainan. Olahraga petanque ini belum banyak dikenal masyarakat karena tergolong masih baru, olahraga petanque baru masuk dikabupaten Banggai pada tahun 2019. Namun belum pernah disosialisasikan. Permainan petanque ini bisa dikatakan tergolong mudah untuk memainkan hanya melakukan lemparan bola besi ke target sasaran, target sasaran yaitu bola kayu (BOKA).

Kabupaten Banggai mulai mengenal olahraga petanque setelah dimasukkan dalam mata kuliah pilihan di program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Bisa dikatakan Universitas Muhammadiyah Luwuk melalui mahasiswa sehingga olahraga petanque mulai secara perlahan disosialisasikan dimasyarakat melalui bermain di lapangan alun-alun, selain dari mahasiswa turun disekolah memperkenalkan olahraga tersebut.

Confederation Mondiale Sport Boules (2015: 7), Petanque merupakan variasi boules di mana tujuannya sebagai melempar bola besi (bosi) sedekat mungkin dengan bola kayu (jack) sambil menjaga kedua kaki dalam lingkaran kecil. Ada juga lomba menembak. Petanque adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh siapa saja, dari anak-anak hingga orang dewasa, karena sifatnya yang membutuhkan ketelitian dan fokus. Dalam olahraga petanque, beberapa orang berlomba, antara lain: menembak untuk

putra dan putri, ganda putra dan putri, ganda putra dan putri, serta tunggal putra dan putri.

Permainan petanque terdiri dari dua tahap: menunjuk dan menembak. Bos dapat dibawa sedekat mungkin dengan boka dengan menunjuk. Dengan membidik bos lawan dan kemudian mencoba untuk menjatuhkan bos kita langsung ke sasaran dan mendorongnya jauh, menembak adalah metode menjaga bos lawan jauh dari lubang. Kebanyakan menembak dilakukan berdiri karena bidang pandang yang lebih luas dan stabilitas posisi. Souef (dalam Warta dkk, 2019:02).

Shooting merupakan teknik permainan yang dilakukan dengan menembak bola yang disimpan dalam lingkaran target yang sudah ditentukan. Dalam permainan petanque beberapa jenis kategori yang dipertandingkan. Nomor pertandingan ditembak pada jarak enam meter, tujuh meter, delapan meter, dan sembilan meter, menghasilkan poin untuk setiap tembakan yang berhasil masing-masing 0 poin, 1 poin, 3 poin, atau 5 poin. Setiap jarak disiplin hanya menawarkan satu peluang tembakan untuk penembak.

Hermawan (2012: 17), permainan petanque termasuk dalam olahraga yang bertujuan untuk mencapai akurasi maksimal karena tujuan mekanis utamanya. Untuk mendapatkan poin kemenangan, lemparan harus tepat pada sasaran tertentu. Permainan petanque dalam suatu pertandingan harus mencakup baik menembak dan menunjuk, kedua teknik dasar

tersebut sangat penting diterapkan untuk mendapatkan sebuah angka/poin.

Mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk yang belum terlalu mengenal lebih dalam permainan petanque, namun Sebagian dari mahasiswa yang menjadi atlit sudah biasa latihan, namun dalam kemampuan shooting masih sangat minim yang bisa melakukan lemparan dengan tepat. Kebanyakan dari lemparan shooting yang dilakukan kadang-kadang tidak sampai target, atau bahkan melesat jauh dari sasaran, sehingga masih perlu dilakukan latihan dan penelitian terkait hal itu.

Selama pertandingan atau kompetisi, mempertahankan kecepatan menembak yang tinggi membutuhkan mentalitas yang kuat. Saat menembak, psikologi memiliki dampak yang signifikan, dan apakah Anda memukul bola atau tidak. Jika Anda menjatuhkan bola di belakang bola, itu mungkin tembakan yang bagus ; jika tidak berhasil, itulah yang membuat pemotretan menjadi sulit. Namun, karena pemotretan lebih merupakan mekanisme gerak, itu lebih mudah daripada menunjuk.

Selain dari teknik dasar dalam petanque beberapa penunjang tidak lepas seperti kemampuan fisik, kemampuan fisik disini sangat berperan penting dalam mendukung kemampuan shooting. Unsur kondisi fisik yang dibutuhkan seperti Power otot lengan dan koordinasi mata tangan. Kedua unsur tersebut sangat perlu dalam mendukung sebuah lemparan/tembakan dan target sasaran.

Ismasyati (2009:53) mengatakan koordiansi sebagai hubumngan interaksi yang harmonis dari kelompok otot yang saling mempengaruhi selama bekerja, berdasarkan tingkat keterampilan. Saat melakukan suatu aktivitas, koordinasi mata-tangan mengacu pada koordinasi tangan dan mata. Maka dari itu koordinasi sangat dipisahkan dalam melakukan aktivitas suatu lemparan dengan tujuan sasaran yang akan diacapai.

Explosive power adalah nama lain dari power atau daya ledak. Pengeluaran kekuatan otot secara maksimal dalam waktu secepat mungkin inilah yang dimaksud dengan istilah “power” yang mengacu pada kekuatan dan kecepatan kontraksi otot yang dinamis dan eksplosif, Ismaryati (2009:59). Power otot lengan disini digunakan untuk melakukan sebuah lembaran yang menggunakan jarak tertentu untuk mencapai sasaran. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam sebuah lemparan shooting harus ada bantuan dari sebuah *power*/kekuatan, sehingga tidak bisa lepas dalam sebuah aktivitas gerak yang akan dilakukan.

Maka dari itu mahasiswa Penjaskesrek dalam melakukan shooting masih perlu beberapa hal yang sangat penting diperhatikan kalau mau mendapatkan hasil yang diinginkan, sehingga peneliti mencoba meyelesaikan permasalahan yang ada dengan mengabil judul : Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan *Power* Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lemparan *Shooting* permainan Olahraga Petanque pada

Mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Berdasarkan latar belakang di atas dapat di rumuskan masalah yaitu:

1. Apakah terdapat Hubungan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk ?
2. Apakah terdapat Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk ?
3. Apakah terdapat Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk ?

Berdasarkan pemaparan rumusan masalah maka tujuan penelitian adalah :

1. Untuk mengetahui Hubungan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk
2. Untuk mengetahui Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk
3. Untuk mengetahui Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lemparan Shooting permainan Petanque

pada Mahasiswa Penjaskesrek Unismuh Luwuk

METODE PENELITIAN

Tempat dan waktu penelitian di lakukan di lapangan petanque alun-alun Luwuk Banggai.

Menurut Nana Syaodih (2008:72), Metode penelitian deskriptif dan desain penelitian ini berkorelasi dengan jenis penelitian kuantitatif.

Strategi penelitian ini adalah dilakukan dengan memperhatikan variable yang akan diteliti. Pelaksanaan dalam strategi penelitian ini harus terarah dalam pengambilan tes, sehingga variable yang diteliti menjadi akurat sesuai dengan standar. Teknik yang digunakan adalah dengan teknik dan bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel, maka pemilihan sampelnya. Sebagian besar waktu, metode ini digunakan karena beberapa faktor, seperti populasi yang kecil.

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti, dan temuannya dapat digeneralisasikan untuk semua individu atau populasi. Penulis menggunakan teknik sampel jenuh untuk pengambilan sampel. Seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2011:124) "Pengambilan sampel jika semua anggota populasi adalah digunakan sebagai sampel" mengacu pada sampel jenuh. Sebagian besar waktu, metode ini digunakan karena beberapa faktor, seperti populasi yang kecil. Sehingga sampel putra mahasiswa putra penjaskesrek berjumlah 15 orang.

Variabel penelitian adalah gejala yang bervariasi dan menjadi objek atau kajian penelitian. Variabel penelitian terdiri dari dua macam yaitu, variabel bebas yakni X1: Koordinasi mata tangan X2 : *Power* Otot Lengan sedangkan variabel terikat adalah Kemampuan *Shooting* (Y).

Tes dan pengukuran digunakan dalam proses pengumpulan data untuk mendapatkan informasi yang objektif tentang hasil latihan pemain. Karena pengukuran merupakan hal mendasar dalam penelitian, maka diperlukan alat ukur yang berkualitas. Dalam penelitian, alat ukur biasanya disebut sebagai instrumen. Alat untuk mengukur mengukur fenomena sosial dan alam yang diamati adalah instrumen penelitian (Sugiyono, 2013:148). Menurut Nurhasan (2001:1), tes adalah metode atau alat untuk mengukur sesuatu dalam setting yang telah ditentukan. Adapun instrumen yang di gunakan untuk melakukan tes Kordinasi mata tangan, *Power* Otot Lengan, dan Kemampuan Lemparan *Shooting* yaitu: Bola tenis, kapur atau pita untuk membuat batas, sasaran dari lingkaran terbuat dari kertas dengan garis tengah 30 cm, meteran dengan ketelitian 1 cm, Kapur atau isolasi berwarna, bola Medisin 2,7216 kg, tali lembut untuk menopang tubuh, bangku dan meteran, Bosi, stasiun melingkar dengan gawang 6, 7, 8, dan 9 meter.

Pengumpulan data dalam penelitian ini setelah dikumpul data penelitian ini selanjutnya diolah data dengan menggunakan SPSS 26.0 dengan menggunakan computer. Dengan

membandingkan varibel yang ada, tanpa data dianalisis berarti tidak ada apa-apanya dalam yang sudah dikumpulkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mendapatkan gambaran umum data suatu penelitian maka digunakanlah analisis data deskriptif. Analisis deskriptif dilakukan terhadap data koordinasi mata-tangan dan power otot lengan dengan kemampuan lemparan shooting permainan olahraga petanque pada mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk. Hasil analisis deskriptif data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Rangkuman hasil analisis deskriptif data, koordinasi mata-tangan, *power* otot lengan dan kemampuan lemparan *shooting*.

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Koordinasi mata-tangan	15	6	14	20	17,00	1,648
Power otot lengan	15	70	340	410	372,00	19,712
Kemampuan lemparan shooting	15	11	9	20	14,07	3,127

Berdasarkan tabel 1 diatas, Hasil deskriptif data koordinasi mata-tangan menunjukkan bahwa nilai standar deviasi, mean, dan range masing-masing adalah 6, 14, 20, dan 17,00. Errornya adalah 1,648. Data deskriptif kekuatan otot lengan menghasilkan kisaran 70, minimal 340, maksimal 410, mean 372.00, dan simpangan baku. Selisihnya 19.712Nilai range

11, nilai minimal 9, nilai maksimal 20, nilai mean 14.07 , dan nilai standar diperoleh dari hasil deskriptif data kemampuan menembak. Penyimpangan sebesar 3,127.

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kemampuan menembak pemain petanque dalam dengan koordinasi mata-tangan dan kekuatan lengannya mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk, maka pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis *corelation product moment* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 26 *for windows*. Hasilnya diperoleh sebagai berikut: Tabel 2. Hasil uji hipotesis koordinasi mata-tangan, *power* otot lengan dengan kemampuan lemparan *shooting*.

Variabel	r	Sig.	A	Keterangan
Koordinasi mata-tangan – kemampuan lemparan shooting	0,957	0,000	0,05	Signifikan
Power otot lengan – kemampuan lemparan shooting	0,843	0,000	0,05	Signifikan
Secara bersama koordinasi mata-tangan dan power otot lengan – kemampuan lemparan shooting	0,963	0,000	0,05	Signifikan

Berdasarkan tabel 2. diatas nilai r adalah 0,957 dan nilai Sig.adalah $0,000 < \alpha 0,05$, berarti dinyatakan bahwa hipotesis diterima atau ada hubungan yang sangat signifikan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan lemparan shooting permainan olahraga petanque pada

mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Berdasarkan tabel 4.4 diatas nilai r adalah 0,843 dan nilai Sig. 0,000 merupakan $< \alpha 0,05$, berarti dinyatakan bahwa hipotesis diterima atau ada korelasi kuat antara kekuatan lengan dan kapasitas untuk melempar permainan menembak. olahraga petanque pada mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Berdasarkan tabel 4.4 diatas nilai r adalah 0,963 dan nilai Sig.adalah $0,000 < \alpha 0,05$, berarti dinyatakan bahwa hipotesis diterima atau dalam permainan olahraga petanque, koordinasi tangan-mata dan kekuatan otot lengan berkorelasi signifikan dengan kemampuan menembak mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Hubungan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan lemparan shooting

Berdasarkan hasil analisis yang sudah dilakukan Nilai Sig dan nilai r keduanya adalah 0,957.is 0,000 0,05 yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima atau terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan menembak petanque dengan koordinasi mata-tangan mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk. Dengan demikian hipotesis mengatakan Dalam permainan petanque terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan melempar dengan koordinasi mata-tangan mahasiswa penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Berdasarkan temuan penelitian ini, siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan yang baik akan mampu melakukan tendangan dan lemparan dengan tepat dan mencapai sasaran yang ditujuh. Sehingga penempatan bola yang dilakukan pada melempar bola sesuai dengan target yang akan dicapai.

Hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan lemparan *shooting*

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai r dan Sig masing-masing adalah 0,843 dan 0,000 yaitu 0,000 0,05 yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima atau terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan melempar mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk permainan petanque dan kekuatan otot lengan. Dengan demikian, hipotesis bahwa kekuatan otot lengan dan kemampuan menembak terkait diuji. permainan olahraga petanque.

Sehingga dalam temuan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa mahasiswa dalam melakukan shooting harus dibarengi dengan *power* otot lengan, karena tanpa kekuatan akan kesulitan dalam melakukan lemparan shooting, maka dengan demikian kekuatan sangat diperlukan dalam melakukan shooting agar mahasiswa Penjaskesrek bisa melakukan shooting dengan kekuatan yang maksimal. Tanpa kekuatan maka lemparan tidak bisa mencapai target yang diinginkan.

Hubungan koordinasi mata-tangan dan *power* otot lengan dengan kemampuan lemparan shooting permainan olahraga petanque

Berdasarkan hasil analisis r sekarang memiliki nilai 0,963 dan Sig sekarang memiliki nilai Sig.is 0,000 0,05 yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima atau bahwa *power* otot lengan dan koordinasi tangan-mata memiliki hubungan yang signifikan secara bersama-sama dengan keterampilan menembak petanque.pada mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2002: 77) latihan koordinasi melibatkan melakukan beberapa gerakan secara bersamaan. Koordinasi adalah hubungan saling mempengaruhi yang harmonis antara kelompok otot selama bekerja. Misalnya, saat melempar, gerakan harus selaras dengan pandangan dan tangan yang akan menembak. Demikian pula, kekuatan lengan erat kaitannya dengan koordinasi menembak, koordinasi mata-tangan, dan kekuatan lengan. saling berhubungan satu sma lain, karena kekuatan mendorong seseorang dalam melakukan lemparan shooting agar bisa mencapai target yang diinginkan.

PENUTUP

Berdasarkan Berikut ini dapat ditarik dari analisis penelitian dan pembahasan hasil penelitian koordinasi mata-tangan .(1) memiliki hubungan yang sangat penting dengan kemampuan lemparan shooting permainan

olahraga petanque pada mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk. (2) Terdapat hubungan yang sangat signifikan power otot lengan dengan kemampuan lemparan shooting permainan olahraga petanque pada mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk. (3) Terdapat hubungan yang sangat signifikan secara bersama antara koordinasi mata-tangan dan power otot lengan dengan kemampuan lemparan shooting permainan olahraga petanque pada mahasiswa Penjaskesrek Universitas Muhammadiyah Luwuk.

Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan : 1) Bagi Mahasiswa sebaiknya lebih memperhatikan unsur-unsur penunjang kondisi fisik agar bisa menghasilkan lemparan shooting yang bagus. 2) Bagi Pelatih, sebaiknya unsur penunjang dalam melakukan lemparan shooting diberikan latihan khusus agar bisa meningkatkan target yang akan dicapai sebagai pemain petanque. 3) Bagi Peneliti selanjutnya untuk menghasilkan lemparan shooting yang maksimal sebaiknya mencoba unsur penunjang lainnya agar bisa meningkatkan lagi dalam melakukan lemparan.

REFERENSI

- Confederation Mondiale Sport Boules (2015). Petanque. (online) (<http://www.cmsboules.org/index.php/en/petanque>) diakses 25 April 2022
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- FOPI. (2012). Teknik dasar permainan petanque pointing dan shooting : FOPI Indonesia
- Hermawan, Iwan. (2012). Gerak Dasar Permainan Petanque, (online). Di akses 25 April 2022
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta : UNS Press
- _____. (2009) *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Nana Syaodih. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta, penerbit Direktorat Jendral Olahraga.
- Sugiyono (2009.) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta