

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting. Melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak disiplin dan akhirnya terbentuk manusia yang berkualitas. Pembinaan olahraga yang berorientasi pada peningkatan prestasi pada saat ini merupakan hal yang tidak bisa ditawar-tawar lagi mengingat kemajuan negara lain yang pembinaan prestasinya sudah begitu pesat. Prestasi tinggi dibidang olahraga dapat membangkitkan kebanggaan nasional dan kepercayaan diri. Olahraga bukan hanya dilakukan oleh kalangan tertentu saja, namun kegiatan olahraga telah menembus ke berbagai tingkatan usia maupun berbagai tingkatan kehidupan sosial dalam masyarakat di berbagai Negara.

Masyarakat mayoritas ada yang melakukan olahraga untuk meningkatkan kesehatan, meningkatkan kebugaran fisik, sebagai alat rekreasi, dan untuk peningkatan prestasi olahraga. Dari berbagai macam jenis olahraga yang ada banyak macam olahraga yang bisa dilakukan dan sesuai dengan minat dan keinginan (A. Purnomo and Yendrizal 2020). Suatu organisasi atau perkumpulan olahraga harus ada pembinaan yang nantinya dapat menghasilkan suatu prestasi yang bagus, dan diharapkan dalam pembinaan harus melihat pada setiap individu pemain atau atlet baik dalam pertumbuhan dan perkembangannya.

(Ghassani and Irawan 2022) menyatakan berkaitan dengan sistem pembinaan dan pengembangan olahraga pemerintah Indonesia membentuk suatu wadah organisasi nasional yaitu KONI yang menaungi berbagai cabang olahraga antara lain olahraga petanque adalah permainan yang berasal dari Provence, Prancis, yang telah menjadi hal biasa di banyak negara Eropa. Petanque dimainkan menggunakan bola dengan diameter 70-80 mm dan berat 650-800 gram.

Federasi Olahraga Petanque Indonesia (FOPI) didirikan pada tanggal 18 Maret 2011 yang diketuai oleh Caca Isa Saleh setelah mendapat tugas dari KONI Sumatera Selatan dan Gubernur Sumatera Selatan untuk membantu menyiapkan tim petanque Indonesia dalam menghadapi SEA GAMES XXVI di Palembang. Sebagai olahraga baru, yang belum banyak dikenal oleh khalayak, dipandang sangat perlu untuk disosialisasikan dari seluruh pihak terkait untuk memajukan olahraga ini. Semakin banyak orang mengetahui, semakin banyak orang yang tertarik, dan yang paling nyata, akan semakin banyak orang melakukan atau memainkan olahraga ini. *Confederation Mondiale Sport Boules* (2015:7), Petanque adalah bentuk permainan boules yang tujuannya melempar bola besi (BOSI) sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut jack dan kedua kaki harus berada di lingkaran kecil, ada juga kompetisi khusus untuk *shooting*.

Psikologi olahraga banyak mengkaji tentang *management stres*. Psikologi stress adanya keterkaitan antara individu dan lingkungan mengancam kesehatan diri seseorang (Weston, 2015). Stres dalam pertandingan merupakan hubungan yang tidak terpisahkan antara pemain dengan prestasinya dalam bidang olahraga. Stres pada pertandingan hal yang sering dialami pemain dalam mencapai puncak keberhasilan (Amasiatu, 2013). Stres dapat diartikan sebagai respon tubuh yang mengganggu pikiran seseorang karena tertekan karena ada perubahan pada diri seseorang secara tiba-tiba. Stres dapat dirasakan seseorang mulai dari ransangan rendah, kurang menyenangkan. Stres juga berpengaruh terhadap nafsu terhadap makanan yang akan mempengaruhi ransangan yang negatif (Sari et al., 2020).

Stres dapat berupa rasa cemas keadaan sehingga mempengaruhi keseimbangan motorik halus dan bisa merangsang pikiran (kognitif) negatif. Sehingga saat ada kompetisi akan menimbulkan kecemasan yang mempengaruhi terhadap emosi, tidur terganggu, kekhawatiran prakompetisi yang berlebihan, dan gangguan pada prestasi olahraga. Untuk mengurangi

rasa cemas tersebut seorang atlet harus mampu melakukan pengelolaan diri atau diistilahkan dengan *management stres*. Seorang atlet yang mampu mengelola stress akan bisa mengatasi permasalahan, gangguan-gangguan terhadap mental, kestabilan emosi yang muncul karena ada penekanan situasi dan keadaan diluar perkiraan (Burla et al., 2019).

Selain *management stres*, dalam mencapai kinerja olahraga setiap orang mempunyai perasaan. Atlet tingkatan semua umur pada event pertandingan memiliki perasaan penuh harapan dan adanya motivasi internal bertahan dalam mengatasi kesulitan yang dihadapi. Dalam psikologi olahraga dinyatakan atlet yang bisa meningkatkan kepercayaan diri akan mendapatkan tampilan yang baik pada event pertandingan olahraga dari pada mereka yang kurang percaya diri (Amasiatu, 2013). Dengan adanya *management stress*, percaya diri maka atlet akan bisa meraih prestasi yang maksimal mencapai puncak (Rumbold et al., 2012).

Shooting dalam olahraga petanque adalah upaya dalam menjauhkan bola target dengan tujuan mengurangi poin lawan dan menambah poin pada tim. Analisis gerakan *shooting* dilakukan untuk menggambarkan karakteristik teknik dasar dalam melakukan *shooting* (Eko Cahyono and Nurkholis 2018). sampai saat ini tingkat *shooting* atlet petanque sangatlah berpengaruh dengan hasil prestasi kemampuan *shooting* pada permainan petanque merupakan hal penting yang harus dimiliki atlet, jika kemampuan teknik *shooting* atlet lemah maka akan kesulitan untuk menyerang bos lawan dan akan kesulitan mendapatkan poin. Pada pertandingan *shooting game* ada beberapa jarak yang harus di mainkan yaitu jarak 6 m, 7 m, 8 m, 9 m dan poin yang bisa dihasilkan pada setiap jaraknya adalah antara 0 sampai dengan 5 poin. (Saifulamri Alkhusaini and nurhidayat 2021).maka dari itu peneliti ingin meneliti bagaimana cara untuk menemukan solusi yaitu management stress terhadap hasil *shooting* atlet petanque kota bandung.

Tingkat kemampuan *shooting* ini diukur berdasarkan tes *shooting game*, kemampuan *shooting* merupakan unsur yang sangat penting hampir di seluruh cabang olahraga. Kemampuan yang baik dari permainan petanque yang

mampu menunjang permainan petanque berjalan dengan baik.(Sandy et al. 2023) Gerakan teknik dasar *shooting* dalam permainan petanque adalah gerakan paling mendasar untuk mencapai kemampuan bermain petanque. Kemampuan *shooting* akan tercapai apabila menguasai teknik gerak yang afektif dan efisien. Oleh karena itu setiap pemain dituntut mempunyai keterampilan *shooting* yang baik dan juga gerak yang afektif, efisien serta dituntut konsentrasi dan kefokusannya(Ulpiana, Permadi, and Asy'ari 2022).hasil *shooting* sangat penting karena banyak permasalahan didalam cabang olahraga petanque masih banyak terkendala *shooting* dengan jarak 6m,7m,8m,9m.

Keterampilan *shooting* dalam permainan petanque ,atlet yang mendapatkan katagori kurang maka harus terus berlatih agar dapat menguasai teknik *shooting* lebih baik dari sebelumnya. Sedangkan atlet yang berkatagori baik, dapat dikembangkan dengan rutinitas latihan yang insentif agar terus meningkat dalam permainan petanque.(Ulpiana, Permadi, and Asy'ari 2022) salah satu olahraga petanque tim Koni Kota Bandung PORPROV XIV 2022 Jawa barat ada beberapa faktor yang mempengaruhi peforma atlet. diantaranya faktor lapangan, lingkungan yang melibatkan peran atlet pada saat latihan dengan kompetisi bertanding tidak berkerja maksimal.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada tanggal 8 November 2022 sampai dengan 13 November 2022 dengan hasil sejumlah data pada saat PORPROV XIV yang bertempat lokasi Taman Lokasana Ciamis cabang olahraga Petanque nomor *shooting* mendapatkan hasil yang kurang sehingga kontingen tim kota bandung nomor *shooting* gagal lolos. Sedangkan untuk *shooting* adalah salah satu tehnik dalam permainan petanque yang memerlukan akurasi, konsentrasi yang tinggi dan ketepatan dalam melakukan *shooting* (Sinaga and Ibrahim 2020).ketika kompetisi hasil latihan tidak sesuai yang diharapkan pada saat kompetisi. Dari sini pentingnya melakukan lemparan bola besi (bosi) yang sangat baik karena nomor *shooting* ini perlu memerlukan tingkat konsentrasi tinggi agar menghasilkan lemparan tepat sasaran atau target.

Akurasi *shooting* akan didapatkan jika dilatih dengan menggunakan teknik yang benar, teknik yang benar bisa didapatkan oleh para pemain dengan

proses latihan yang baik, terarah, kontinyu dan dilakukan secara bertahap (Rasyono, Sukendro, and Palmizal 2020). Pada umumnya atlet yang mengalami *stress* akibat tekanan penonton pada saat dilapangan memahami bahwa ketakutan mereka, karena pentingnya hasil *shooting* olahraga petanque yang benar terhadap peningkatan kualitas keterampilan olahraga petanque.

Penelitian ini merupakan pengembangan dari penelitian sebelumnya yang dilakukan M.Rachmat Kasmad, Musfira, Mutmainnah, Sufitriyono (Universitas Negeri Makassar, 2021) dengan judul “Pelatihan Akurasi *Shooting* Cabang Olahraga Petanque pada Atlet Kota Makassar” Hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa Hasil yang di capai adalah Seluruh peserta memiliki pengetahuan yang cukup tentang aturan permainan dan teknik dasar *shooting* olahraga petanque yang akan dilakukan. Seluruh peserta memiliki pengetahuan dan keterampilan bermain petanque yang cukup baik. Penelitian serupa dilakukan oleh Muhammad Ali, Tomy Agustinus (Program studi Kevelatihan olahraga, FKIP, Universitas Jambi, Indonesia) dengan judul “Pengaruh Latihan *Shooting* Menggunakan Media Ban Mobil Bekas Terhadap Peningkatan Hasil *Shooting Game* Pada Atlet Petanque Kota Jambi.”

Hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh model latihan *shooting* menggunakan trezpenghalang terhadap peningkatan hasil *shooting* atlet petanque Kota Jambi .Berdasarkan penelitian ini maka disarankan kepada pelatih atlet petanque Kota Jambi agar dapat menerapkan model latihan *shooting* menggunakan penghalang berupa dari Ban Mobil bekas. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian mengenai ”Pengaruh *Management Stress* Terhadap Hasil *Shooting* Atlet Petanque Kota Bandung”.

1.2. Rumusan masalah

1. Apakah terdapat pengaruh *management stress* terhadap hasil *shooting* pada atlet Petanque Kota Bandung.?
2. Apakah terdapat pengaruh latihan tradisional terhadap hasil *shooting* pada atlet Petanque Kota Bandung.?

3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh *management stress* dan latihan tradisional terhadap hasil *shooting* atlet Petanque Kota Bandung.

1.3. Tujuan penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian ini maka untuk mengetahui pengaruh yang signifikan *management stress* terhadap hasil *shooting* pada atlet Petanque Kota Bandung.

1.4. Manfaat Penelitian

Penulis berharap dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat membantu bagi kemajuan olahraga khususnya cabang olahraga Petanque.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat dijadikan informasi yang efektif dan efisien mengenai pengaruh *management stress* terhadap hasil *shooting* atlet Petanque Kota Bandung.

1.4.2 Secara praktis

Dapat dijadikan acuan bagi para pelatih dalam memberikan metode *management stress* untuk meningkatkan hasil *shooting* petanque dan bagi atlet diharapkan dapat melaksanakan program latihan dengan baik sehingga dapat memperbaiki keterampilan teknik dan pencapaian prestasi.

- a. Dijadikan sebagai pedoman untuk setiap pelatih pada cabang olahraga Petanque Kota Bandung.
- b. Dapat meningkatkan performa atlet pada saat bertanding.
- c. Dijadikan sebagai pedoman untuk setiap Pembina dan official cabang olahraga Petanque Kota Bandung.

